

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
ІМЕНІ ІВАНА БОБЕРСЬКОГО
КАФЕДРА ТЕОРІЇ ТА МЕТОДИКИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ**

ДИФЕРЕНЦІЙОВАНЕ ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ

ПРОГРАМА

дисципліни спеціалізації

підготовки магістрів

(рівень вищої освіти)

галузь знань 01 «Освіта»

(шифр і назва напрямку)

спеціальності 014.11 «Середня освіта» (фізична культура)

(шифр і назва спеціальності)

спеціалізація: Фізична культура

Навчальна програма з дисципліни «Диференційоване фізичне виховання» для студентів спеціалізації «Фізична культура» з галузі знань 01 «Освіта», спеціальності 014.11 «Середня освіта» (фізична культура).

I сем. (денна форма навчання)

Розробник:

Боднар Іванна Романівна, доктор наук з фізичного виховання та спорту, доцент, завідувач кафедри теорії та методики фізичної культури

Сороколіт Наталія Стефанівна, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, доцент кафедри теорії і методики фізичної культури, Заслужений учитель України

Навчальна програма затверджена на засіданні кафедри теорії і методики фізичної культури

Протокол від «30» серпня 2018 року № 1

Завідувач кафедри теорії і методики фізичної культури

(підпис)

(Боднар І.Р.)
(прізвище та ініціали)

Навчальна програма затверджена на засіданні Ради факультету педагогічної освіти

Протокол від « ____ » _____ 20 ____ року № ____

Голова _____
(підпис)

(_____)
(прізвище та ініціали)

©_Боднар І.Р., 2018 рік

©_ЛДУФК, 2018 рік

©_Сороколіт Н.С., 2018 рік

©_ЛДУФК, 2018 рік

I. ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Програма навчальної дисципліни «Диференційоване фізичне виховання» укладена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки магістрів галузі знань 01 «Освіта», спеціальності 014.11 – «Середня освіта» (фізична культура).

Предметом вивчення навчальної дисципліни є спеціальні знання та методичні навички із застосування диференційованого фізичного навантаження у фізичному вихованні з урахуванням стану здоров'я, статі, віку, анатоμο-фізіологічних та психологічних особливостей школярів.

Міждисциплінарні зв'язки: «Педагогіка», «Психологія», «Вікова фізіологія», «Теорія та методика фізичного виховання» та ін.

Програма навчальної дисципліни складається з таких змістовних модулів:

1. Біологічні, соціальні детермінанти диференційованого фізичного виховання.
2. Диференційоване фізичне виховання школярів різних медичних груп.

I. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

1.1. Метою викладання дисципліни «Диференційоване фізичне виховання» поглиблення у студентів знань і умінь, необхідних для формування успішної практичної діяльності з фізичного виховання. Одне з головних **завдань** дисципліни навчити висококваліфікованого спеціаліста з фізичної культури інтегрувати знання, одержані в суміжних курсах і окремих методиках, знаходити шляхи реалізації міжпредметних зв'язків цих знань у науковій та педагогічній діяльності. Зміст предмета передбачає створення теоретичної бази, яка є основою для використання засобів фізичного виховання з метою гармонійного розвитку школярів, зміцнення здоров'я і профілактики захворювань, самоствердження і самопізнання, раціональної організації вільного часу. Вивчення всіх розділів курсу проходить через призму потреб науки та практики в сфері фізичного виховання і спорту, ознайомлення з передовим досвідом роботи провідних фахівців даної галузі.

- підходи до диференційованого фізичного виховання.
- особливості фізичного виховання дітей різної статі і віку.
- особливості фізичного виховання школярів різного фізичного розвитку і фізичної підготовленості
- диференційоване фізичне виховання з урахуванням гендерних детермінант і психологічних особливостей

- мета, завдання, принципи інтегративного фізичного виховання школярів I-III груп здоров'я
- порівняльна характеристика показників фізичного і психофізичного розвитку, рухової активності, ставлення до фізичного виховання представників різних медичних груп
- фізичне виховання школярів різних медичних груп під час уроків фізичної культури
- особливості фізичного виховання при різних захворюваннях.

1.2. Студенти повинні вміти:

- творчо використовувати отримані знання з теорії і методики фізичної культури при вирішенні педагогічних, навчально-виховних, науково-методичних завдань з врахуванням вікових і індивідуальних відмінностей школярів;
 - вирішувати теоретичні та практичні проблемні завдання з використанням сучасних методів наукового пізнання;
 - оцінювати і аналізувати рівень фізичного розвитку і фізичної підготовленості;
 - планувати, організовувати і здійснювати роботу з фізичного виховання;
 - організовувати спортивно-масові та фізкультурно-оздоровчі заходи зі школярами;
 - формувати в дітей систему знань і свідому потребу в систематичних заняттях фізичною культурою і спортом, та в здоровому способі життя;
 - орієнтуватися в спеціальній науково-педагогічній літературі, здійснювати науково-дослідну роботу з проблем фізичного виховання школярів;
 - аргументовано пропагувати здоровий спосіб життя;
 - на домедичному етапі здійснити експрес-оцінювання функціонального стану основних систем організму.

Внесені у програмі навчальні теми для самостійного опрацювання передбачають:

Самостійна робота сприяє розкриттю потенційних можливостей студентів, формує інтерес до вивчення предмету, активізує мислення, стимулює потребу до більш глибоких знань програмного матеріалу. В процесі самостійної роботи студенти виконують завдання викладача у вигляді рефератів з окремих питань дисципліни, вирішення ситуаційних завдань, презентації проектів, виконання практичних завдань тощо.

Навчальний матеріал, що винесений для самостійного опрацювання студентів, включається в контроль разом із питаннями, які розглядалися під час проведення семінарських занять.

Навчальні досягнення студентів оцінюються за відповідними критеріями і нормами.

Кількість годин, відведених навчальним планом на вивчення навчальної дисципліни, становить 3 кредити ECTS (90 год.), із них: 30 год. – лекцій, 30 год. – семінарських занять, 30 год. – самостійна робота (для денної форми навчання).

II. ІНФОРМАЦІЙНИЙ ОБСЯГ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

МОДУЛЬ 1

Змістовий модуль 1. Біологічні, соціальні детермінанти диференційованого фізичного виховання

Лекція №1. Підходи до диференційованого фізичного виховання.

Зумовленість і значення диференційованого фізичного виховання. Поняття про диференціацію та диференційований підхід у фізичному вихованні.

Чинники, що впливають на диференційований підхід у фізичному вихованні. Диференціація та індивідуалізація у фізичному вихованні. Підходи до диференційованого фізичного виховання. Критерії диференціації.

Лекція №2. Особливості фізичного виховання дітей різної статі і віку.

Особливості фізичного виховання дівчат з урахуванням статевих морфофункціональних відмінностей. Особливості фізичного виховання з учнями молодшого шкільного віку. Особливості фізичного виховання з учнями середнього шкільного віку. Особливості фізичного виховання з учнями старшого шкільного віку.

Особливості соматичних характеристик чоловіків і жінок. Фізіологічні статеві відмінності дівчат і хлопців. Особливості фізичного виховання у менструальні фази як специфіка жіночого організму.

Лекція №3. Особливості фізичного виховання школярів різного фізичного розвитку і фізичної підготовленості.

Вікова динаміка розвитку фізичних якостей. Природна динаміка розвитку фізичних якостей у школярів з різним рівнем біологічного віку. Особливості фізичного виховання школярів різного фізичного розвитку і

фізичної підготовленості. Диференційоване фізичне виховання з урахуванням рівня фізичного розвитку.

Лекція №4. *Диференційоване фізичне виховання з урахуванням гендерних детермінант і психологічних особливостей.*

Особливості психофізіологічних характеристик чоловіків і жінок.

Статеві відмінності в темпах моторного розвитку. Особливості сприйняття чоловічого та жіночого організму. Роль властивостей нервової системи чоловіків та жінок. Стійкість до стресових ситуацій у чоловіків та жінок. Психофізіологічні особливості мовних процесів.

Змістовий модуль 2. Диференційоване фізичне виховання школярів різних медичних груп

Лекція №5. *Мета, завдання, принципи інтегративного фізичного виховання школярів різних медичних груп. Формування медичних груп.*

Мета, завдання, принципи інтегративного фізичного виховання школярів. Умови ефективного інтегративного фізичного виховання. Підготовка кадрів для реалізації інтегративного фізичного виховання. Структурно-змістовну модель формування компетентності випускника вишу.

Загально дидактичні та специфічні принципи інтегративного фізичного виховання.

Лекція №6. *Порівняльна характеристика показників фізичного і психофізичного розвитку, рухової активності, ставлення до фізичного виховання представників різних медичних груп.*

Аналіз показників фізичного, психічного розвитку, рухової активності, ставлення до уроку фізичної культури учнів основної, підготовчої та спеціальної медичних груп.

Фізичне виховання школярів різних медичних груп під час інтегративних уроків фізичної культури. Відмінності побудови й методики інтегративних уроків з фізичного виховання для школярів різних медичних груп.

Лекція №7. *Фізичне виховання школярів різних медичних груп під час інтегративних уроків фізичної культури.*

Відмінності побудови й методики інтегративних уроків з фізичного виховання для школярів різних медичних груп. Відмінності побудови й методики інтегративних уроків з фізичного виховання для школярів різних медичних груп.

Методичні рекомендації щодо застосування методів та засобів під час інтегративного уроку фізичної культури.

Дозування фізичного навантаження на інтегративних уроках з учнями різних медичних груп. Періоди фізичного виховання учнів спеціальної медичної групи

Лекція №8. *Особливості фізичного виховання при різних захворюваннях.*

Особливості методики фізичного виховання учнів із захворюваннями серцево-судинної системи. Методичні рекомендації щодо удосконалення уроків фізичної культури для учнів серцево-судинної системи.

Особливості методики фізичного виховання учнів із захворюваннями дихальної системи.

Методика занять з учнями спеціальної медичної групи, які мають захворювання органів травлення, порушення обміну речовин, нервово-психічні захворювання.

Особливості методики занять з учнями, які страждають від неврозів.

Особливості проведення уроків з учнями, які мають вади зорової сенсорної системи.

Особливості методики занять із фізичного виховання з учнями, які мають порушення опорно-рухового апарату.

ІІІ. 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. Євстігнєєва І. В. Гендерне виховання учнів основної школи на уроках фізичної культури : дис. канд. пед. наук : 13.00.7 / І. В. Євстігнєєва. – 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

Сороколiт // Фiзична культура, спорт та здоров'я нацiї : зб. наук. праць. – Вiнниця, 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. Фiзичне виховання учнiв молодших класiв. – Киiв : 1977.
13. Козленко М. П., Вiльчковський Є. С., Цвек С. Ф. ТiМФВ (початковi класи). – Киiв, 1984.
14. Куцериб Т. Анатомiя людини з основами морфологiї : навч. посiб. / Тетяна Куцериб, Мирослава Гринькiв, Федiр Музика. – Львiв: ЛДУФК, 2019. – 86 с.
15. Линець М. М. Основи методики розвитку рухових якостей. – Львiв : Штабар, 1997. – 208 с.
16. Лукашук В. I. Особливостi гендерної соцiалiзацiї у спортi / В. I. Лукашук // Вiсник Харкiвського нацiонального унiверситету iменi В. Н. Каразiна – № 993 – 2012. – С. 27–29.
17. Марушенко О. Гендернi шкiльнi iсторiї / О. Марущенко. О. Плахотник. – Харкiв: Монограф., 2012. – 88 с.
18. Москальова А.С. Гендерний пiдхiд у вихованнi пiдлiткiв //Вiсник пiслядипломної освiти: Збiрник наукових праць. Випуск 1 / Ред. кол.: В.В. Олiйник (гол. ред.) та iн. – Киiї : Мiленiум, 2005. – 264 с.
19. Музика Ф. В. Морфо-функцiональнi показники спортсменiв рiзних спецiалiзацiй / Музика Ф. В. // Сучаснi проблеми розвитку теорiї та методики гiмнастики : зб. наук. пр. – Львiв, 2000. – С. 25–26.
20. Музика Ф. Анатомiя людини : навч. посiб. / Федiр Музика, Мирослава Гринькiв, Тетяна Куцериб. – Львiв : ЛДУФК, 2014. – 360 с.
21. Музика Ф. В. Вплив короткотривалого фiзичного навантаження на енергетичний обмiн у мiтохондрiях м'язiв / Ф. В. Музика, Є. О. Яремко // Фiзична культура та спорт – важливий фактор виховання особистостi та змiцнення здоров'я населення : тези звiтної наук.-практ. конф. викладачiв iн-ту за 1994 рiк. – Л., 1995. – С. 31–32.
22. Основи теорiї гендеру : навч. посiб. – Киiв : „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. Сороколит Н. Ставлення учнів середнього шкільного віку до свого здоров'я та до уроків фізичної культури / Наталія Сороколит // Спортивна медицина. – 2014. - № 1. – С. 47–51.
33. Сороколит Н. Особенности физического воспитания в общеобразовательных школах Украины и Польши / Сороколит Н. // *Kultura fizică: probleme științifice ale învățămîntului și sportului : materialele conferinței științifice internaționale a doctoranzilor.* – Chișinău, 2012. – S. 285–290.
34. Фащук О. Гендерні особливості фізичного виховання підлітків: автореферат дис. канд. наук з фіз. вих та спорту / О.Фащук. – Івано-Франківськ, 2011. – 24 с.
35. 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.

36. Цвек С.Ф. Фізичне виховання молодших школярів. – Київ, 1986.
37. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. – Ч.1. – Тернопіль: Богдан, 2001. – 272 с.
38. 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.
39. Dickenson B., Sparkes A. Pupil definition of physical education. British journal of physical education reasearch supplement, 1988, 2.
40. Hendry I. Changing School In Changing Society. The Role Of Pe. w: Evans J., Physical Education. Sport And Schoolind. Lewes, Falmerpress 1986.
41. Murdoch E. Sport in schools, department of education and science. Sports Council, London, 1995.
42. Swaab D. Sexual differentiation of the brain and behavior // Best Practice & Research Clinical Endocrinology & Metabolism. Vol. 21. Issue 3. September 2007. P. 431–444.
43. Thirlaway K., Benton D. Physical activity in primary and secondary school children in West Glam organ, Health Education Journal, 1993. – P. 52.
44. 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.
45. 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:

1. Забелина Л. Г., Тертычный А. В., Додонова Л. П., Кизько А. П. Дифференцированный подход в развитии двигательных способностей школьников 10-12 лет различных соматотипов <http://lib.sportedu.ru/press/fkvot/2007N3/p19-23.htm>
2. Ковальова О.В. Сутність гендерної політики в сфері освіти та науки , // Ковальова О.В. [Електронний ресурс] Юридичний науковий електронний

- журнал №4, 2014. С.74-77. – Режим доступу :
http://www.lsej.org.ua/4_2014/4_2014.pdf.
3. Тетяна Круцевич, Оксана Марченко, Тетяна Імас. Проблема гендеру у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді. // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : збірник наукових праць Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. – № 3 (31), 2015. – С. 144. – Режим доступу :
4. <http://sport.eenu.edu.ua/index.php/sport/article/view/148/126>).
 5. Сакевич В. Есть ли в мире страны, преодолевшие гендерное неравенство? / В.Сакевич [Електронний ресурс]. – Режим доступу :
<http://demoscope.ru/weekly/2013/0563/reprod01.php>.
 6. Ярослав Кравчук. Теоретико-методичні засади диференційованого підходу до навчання фізичної культури учнів загальноосвітньої школи // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. №. 1 (9), 2010. – С.40-45.
http://www.nbu.gov.ua/old_jrn/soc_gum/fvs/2010_1/R3/Kravchuk.pdf
 7. Witelson S. F., Kigar D. L. Sylvian fissure morphology and asymmetry in man and women: bilateral differences in relation to handedness in men // Comp. Neurol, 1992. N 323. P. 326–340.
(<http://journal.osnova.com.ua/download/18-64-27450.pdf>)
 8. Електронний каталог ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://3w.ldufk.edu.ua/>
 9. Електронний репозитарій ЛДУФК імені Івана Боберського [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://repository.ldufk.edu.ua/>
 10. Ресурси інтернет.

Поточний контроль здійснюється під час проведення семінарських занять в усній та письмовій формах.

1. Усне опитування.
2. Перевірка завдань для самостійної роботи.
3. Оцінювання результатів контрольних завдань для перевірки знань студентів та модульної контрольної роботи.

Підсумковий контроль – іспит (І семестр – денна форма)