

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

Теорія і методика фізичного виховання

(назва навчальної дисципліни)

ПРОГРАМА

підготовки бакалаврів
(рівень вищої освіти)
галузь знань 01 Освіта
(шифр і назва напрямку)
спеціальності 227 фізична терапія, ерготерапія
(шифр і назва спеціальності)

Навчальна програма з дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» для студентів I курсу спеціальності 227 фізична терапія, ерготерапія.

I семестр (денна форма навчання)

Розробник: доцент, к.фіз.вих. Ріпак М.О.

Навчальна програма затверджена на засіданні кафедри теорії і методики фізичної культури

Протокол від «31» серпня 2020 року № 1

Завідувач кафедри теорії і методики фізичної культури

(підпис)

(Боднар І.Р.)
(прізвище та ініціали)

Навчальна програма затверджена на засіданні Ради факультету фізичної терапії та ерготерапії

Протокол від «____» _____ 20__ року № ____

Голова _____
(підпис)

(_____)
(прізвище та ініціали)

© _____, 20__ рік

© _____, 20__ рік

Програма вивчення навчальної дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки бакалаврів спеціальності 227 фізична терапія, ерготерапія.

Навчальна дисципліна «Теорія і методика фізичного виховання» є профільною у професійній підготовці фахівців з фізичної культури і спорту.

Міждисциплінарні зв'язки: анатомія, фізіологія, біохімія, педагогіка, психологія та ін.

Програма навчальної дисципліни складається з таких змістових модулів:

Змістовий модуль 1. Історико-логічний аналіз становлення теорії і методики фізичного виховання як наукової та навчальної дисципліни.

Змістовий модуль 2. Загальна характеристика фізичного виховання як педагогічного процесу. Основні аспекти методики фізичного виховання.

Змістовий модуль 3. Теоретико-методичні аспекти фізичного виховання дошкільнят та школярів.

Змістовий модуль 4. Теоретико-методичні аспекти фізичного виховання студентів ВЗО III-IV рівня акредитації та дорослого населення.

1. Мета та завдання навчальної дисципліни

1.1. Метою викладання навчальної дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» є формування у студентів фундаментальних знань для вирішення проблемних професійних завдань у галузі «фізичне виховання і спорт», формування широкої наукової ерудиції та розвиток здібностей творчого теоретичного мислення.

1.2. Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти повинні:

знати: основні історичні етапи розвитку ТіМФВ та їх характеристику; джерела виникнення і розвитку ТіМФВ; специфіку завдань і принципів процесу фізичного виховання; засоби і методи фізичного виховання, критерії та ознаки їх класифікацій; методичні підходи до організації процесу фізичного виховання; методичні підходи до виховання морально-вольових якостей та естетичних смаків у процесі фізичного виховання; методологічні основи педагогічного процесу фізичного виховання дітей дошкільного, шкільного віку, студентів і дорослого населення; програмно-нормативні засади фізичного виховання дітей; закономірності фізичного розвитку дітей різного віку; теоретико-методичні основи організації фізичного виховання в навчально-виховних установах з дітьми дошкільного, шкільного віку, студентами; основи планування, педагогічного контролю та обліку навчального процесу з фізичного виховання з дітьми дошкільного, шкільного віку, студентами.

вміти: творчо використовувати отримані знання з теорії і методики фізичного виховання при вирішенні педагогічних, навчально-виховних, науково-методичних завдань з врахуванням вікових та індивідуальних відмінностей дітей; вирішувати теоретичні та практичні проблемні завдання з використанням сучасних методів наукового пізнання; оцінювати і аналізувати рівень фізичного розвитку і фізичної підготовленості осіб різного віку; організовувати спортивно-масові та фізкультурно-оздоровчі заходи з особами різного віку; формувати в дітей, студентів систему знань і свідому потребу в систематичних заняттях фізичною культурою і спортом, навички ведення здорового способу життя; орієнтуватись в спеціальній науково-педагогічній літературі, здійснювати науково-дослідну роботу з проблем фізичного виховання осіб різного віку.

На вивчення навчальної дисципліни відводиться 120 годин / 4 кредити ECTS.

2. Інформаційний обсяг навчальної дисципліни МОДУЛЬ 1

Змістовий модуль 1. Історико-логічний аналіз становлення теорії і методики фізичного виховання як наукової та навчальної дисципліни.

Тема 1. Історичний аналіз розвитку ТіМФВ як наукової та навчальної дисципліни.

Предмет ТіМФВ як науки і навчальної дисципліни. Джерела виникнення і розвитку ТіМФВ. Основні історичні етапи розвитку ТіМФВ та їх характеристика. Внесок українських педагогів другої половини ХІХ - перша половина ХХ століття у формуванні теоретичних основ фізичного виховання. Сучасний етап поглибленого розвитку ТіМФВ як науки.

Тема 2. Фізичне виховання як соціальне явище та педагогічний процес. Сучасний стан та перспективи реформування національної системи фізичного виховання в Україні.

Чинники, що визначають мету фізичного виховання. Специфічність завдань фізичного виховання, визначення ознак, що розподіляють їх на різні групи. Система фізичного виховання як поняття теорії фізичного виховання. Система фізичного виховання як історично обумовлений тип соціальної практики, фізичного виховання. Аналіз сучасного стану світоглядних, програмно-нормативних, науково-методичних і організаційних основ національної системи фізичного виховання.

Змістовий модуль 2. Загальна характеристика фізичного виховання як педагогічного процесу. Основні аспекти методики фізичного виховання.

Тема 3. Сучасна систематика засобів і методів фізичного виховання. Аналіз сутнісного змісту принципів, що регламентують процес фізичного виховання.

Засоби фізичного виховання як складові педагогічного процесу. Аналіз підходів до класифікації засобів фізичного виховання, та ознак цих класифікацій. Методи фізичного виховання як складові педагогічного процесу. Аналіз підходів до класифікації методів фізичного виховання, аналіз критеріїв та ознак цих класифікацій. Сутність змісту принципів, що регламентують процес фізичного виховання.

Тема 4. Основи методики розвитку рухових якостей.

©Ріпак М.О.

©Кафедра ТіМФК

Загальна характеристика змісту рухових якостей і засобів їх розвитку. Основи методики розвитку силових якостей та витривалості. Основи методики розвитку швидкісних якостей, гнучкості, спритності. Методи дослідження рівня розвитку рухових якостей та рівня фізичної підготовленості.

Тема 5. Проблематика формування фізкультурних знань, рухових вмінь і навичок у процесі фізичного виховання особистості.

Знання як компонент фізкультурної освіти. Систематизація фізкультурних знань. Чинники, що впливають на формування фізкультурних знань. Поняття про рухові вміння та навички. Особливості виховання моральних якостей у процесі фізичного виховання осіб різного віку. Особливості виховання вольових якостей у процесі фізичного виховання осіб різного віку. Особливості виховання естетичних смаків у процесі фізичного виховання осіб різного віку.

Тема 6. Теоретичні основи управління фізичним вихованням. Прогнозування занять та контроль у фізичному вихованні.

Сутність поняття «управління» в ТiМФВ. Необхідні умови управління ФВ. Моделювання у фізичному вихованні, прогнозування у фізичному вихованні. Алгоритм програмування занять фізичними вправами. Визначення раціональних засобів та методів занять фізичними вправами. Визначення раціонального рухового режиму. Контроль у ФВ. Корекція програм занять.

МОДУЛЬ 2

Змістовий модуль 3. Теоретико-методичні аспекти фізичного виховання дошкільнят та школярів.

Тема 7. Завдання, засоби та форми фізичного виховання дітей дошкільного віку. Планування і контроль у фізичному вихованні дошкільнят.

Мета та завдання фізичного виховання дітей дошкільного віку. Фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі дня дошкільнят. Методика проведення занять з фізичної культури з дітьми дошкільного віку. Особливості проведення занять з фізичної культури у різних вікових групах. Методика розвитку фізичних якостей. Планування та облік роботи з фізичного виховання у дошкільному закладі. Лікарсько-педагогічний контроль.

Тема 8. Теоретико-методичні основи фізичного виховання дітей шкільного віку.

Мета, цілі і завдання фізичного виховання дітей молодшого, середнього та старшого шкільного віку. Анатомо-фізіологічні особливості дітей шкільного віку. Контрольно-якісні показники рівня фізичної культури школярів. Форми фізичного виховання протягом навчального дня. Характерні риси, зміст і побудова уроку. Загальні правила розвитку рухових якостей. Сприятливі періоди розвитку основних рухових якостей. Технологія планування та його функції. Значення та форми контролю навчального процесу з ФВ.

Тема 9. Диференційоване фізичне виховання школярів.

Зумовленість і значення диференційованого фізичного виховання. Підходи до диференційованого фізичного виховання та критерії диференціації. Особливості диференційованого фізичного виховання учнів з різним рівнем фізичного розвитку. Особливості диференційованого фізичного виховання учнів з різним типом тілобудови. Особливості диференційованого фізичного виховання учнів з різним типом нервової системи.

Змістовий модуль 4. Теоретико-методичні аспекти фізичного виховання студентів ЗВО та дорослого населення.

Тема 10. Соціально-освітні та програмно-нормативні засади фізичного виховання студентів ЗВО.

Соціально-психологічний портрет студентської молоді. Місце ФВ в системі професійної освіти та виховання студентської молоді. Програмно-нормативне забезпечення ФВ студентів ЗВО. Стан та актуальні проблеми реформування системи ФВ студентів ЗВО з урахуванням вимог сучасності.

Тема 11. Методичні основи фізичного виховання в основному та спортивному навчальному відділеннях.

Форми ФВ студентів ЗВО та їх взаємозв'язок у послідовному формуванні фізичної культури майбутнього фахівця відповідного рівня. Методичні особливості навчальних занять в основному навчальному відділенні. Методичні особливості навчальних занять в спортивному навчальному відділенні. Сучасні підходи до організації позанавчальних форм ФВ студентів у ЗВО.

Тема 12. Методичні основи фізичного виховання в спеціальному навчальному відділенні.

Специфіка засобів і методів, що використовуються у навчальних заняттях з дисципліни „Фізичне виховання” у спеціальному навчальному відділенні. Особливості методики загальної і ППФП при відхиленнях у стані здоров'я. Особливості оздоровчого тренування при окремих відхиленнях у стані здоров'я студентів. Методи контролю за рівнем знань та вмінь з питань відновлення і зміцнення здоров'я засобами фізичної культури.

Тема 13. Основи управління процесом фізичного виховання дорослого населення.

Соціальні і біологічні передумови ФВ дорослого населення. Цілі і стратегія управління процесом ФВ дорослих. Мета і завдання ФВ дорослого населення. Основні напрями ФВ дорослого населення. Формування мотивації фізичної активності та фізкультурних знань у дорослого населення. Особливості методики фізичного виховання осіб першого та другого зрілого віку. Особливості методики фізичного виховання осіб похилого та старшого віку. Педагогічний контроль у фізичному вихованні дорослого населення.

3. Рекомендована література

1. Актуальні проблеми організації фізичного виховання студентської та учнівської молоді Львівщини (зб.наук.праць). – Львів: ЛДФЕІ, 2003.
2. Боднар І. Інтегративне фізичне виховання школярів різних медичних груп: [монографія], Іванна Боднар. – Л.: ЛДУФК, 2014. – 316 с.
3. Боднар І. Р. Теорія, методика та організація фізичного виховання учнів у спеціальній медичній групі : навч. посіб. / І. Р. Боднар. – Л. : ЛДУФК, 2013. – 170 с.
4. Боднар І. Теорія, методика і організація фізичного виховання учнів спеціальної медичної групи / І. Боднар. – Навч. –метод. посіб. – Львів, Українські технології. – 2005. – 48 с.
5. Вільчковський Е.С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. – Львів: ВНТЛ, 1998. - 336 с.
6. Вільчковський Е.С., Курок О.І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: навч.посіб. – Суми: ВДТ «Універсальна книга», 2004. – 428 с.
7. Гонтарук Л. Профілактично-лікувальна гімнастика в школі. Навчальний посібник. Ч.1. Львів: Видавництво Національного університету “Львівська політехніка”, 2001. – 148 с.

8. Демінський А.Ц. Основи теорії і методики фізического виховання. – Донецьк: АО Донеччина, 1995. – 520 с.
9. Канішевський С.М. Науково-методичні та організаційні основи фізичного удосконалення студентства. Вид. Друге, стереотипне – К., 1999. – 270 с.
10. Линець М.М. Основи методики розвитку рухових якостей. – Львів: Штабар, 1997. – 208 с.
11. Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту: проект. – „Спортивна газета”, 4 грудня 2003.
12. Резолюція I спортивного конгресу України. – „Спортивна газета”, 2 квітня – 5 квітня 2004.
13. Романенко В.А. Двигательные способности человека. – Донецьк: Новый мир, УКЦентр, 1999. – С. 245-296.
14. Романенко В.В., Куц О.С. Рухова активність і фізичний стан студенток вищих навчальних закладів. Вінниця, 2003. – 130 с.
15. Русова С.Ф. Теорія і практика дошкільного виховання. Львів-Краків-Париж: Просвіта, 1993.-127 с.
16. Рыбковский А.Г. Управление двигательной активности человека. – Донецьк: ДонГУ, 1998. – 300 с.
17. Сучасні проблеми розвитку теорії та методики гімнастики. Зб.наук.матеріалів. Львів: ЛДІФК, 2003.
18. Теория и методика физического воспитания. Т.1. Общие основы теории и методики физического воспитания: Учебн. для студентов высших учебных заведений физического воспитания и спорта. /Под ред. Т.Ю.Круцевич, К., Олимпийская литература, 2003. – с. 424.
19. Теория и методика физического воспитания. Том 2. Методика физического воспитания различных групп населения /Под.ред. Т.Ю.Круцевич. – К.: Олимпийская литература, 2003. – 392 с.
20. Теория и методики физического воспитания: Учебн. для студентов фак. физ. культуры пед. ин-тов по спец. 03.03. Физ. культура / Под ред. Б.А.Ашмарина. - М.: Просвещение, 1990. - 287 с.
21. Фізичне виховання. Навчальна програма для вищих навчальних закладів України III-IV рівні акредитації. – Київ, МОіНУ, 2003, 33 с.
22. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высших учеб. заведений. – 2 –е изд. испр. доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 480 с.
23. Цвек С.Ф. Спортивні ігри та розваги дошкільнят. Альбом для дошкільних працівників. К.: Радянська школа, 1990.- .78с.
24. Цільова комплексна програма «Фізичне виховання здоров'я нації». – К. 1998. – 48 с.
25. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. – Ч.1. – Тернопіль: Богдан, 2001. – 272 с.

26. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. – Ч.2. – Тернопіль: Богдан, 2002. – 248 с.
27. Шиян Б.М., Папуша В.Г., Приступа Є.Н. Теорія фізичного виховання. - Львів: ЛОНМІО, 1996. - 220 с.

Екзаменаційні вимоги

1. Предмет „Теорії і методики фізичного виховання” (ТіМФВ) як наукової і навчальної дисципліни. Місце ТіМФВ в системі наук, що вивчають процес фізичного виховання.
2. Джерела виникнення і розвитку „ТіМФВ”.
3. Основні історичні етапи розвитку і становлення „ТіМФВ” як наукової і навчальної дисципліни.
4. Вихідні поняття „ТіМФВ” (фізична культура, фізичне виховання, фізична рекреація), „система фізичного виховання”, „спорт”, їх сучасне трактування.
5. Характеристика поняття „Фізичний розвиток”. Фактори, що зумовлюють параметри фізичного розвитку людини.
6. Сучасний стан системи фізичного виховання в Україні (характеристика світоглядних правових, програмно-нормативних, теоретико-методичних, організаційних основ).
7. Шляхи реформування національної системи фізичного виховання в Україні.
8. Основні завдання фізичного виховання (освітні, оздоровчі, виховні).
9. Характеристика засобів фізичного виховання.
10. Фізичні вправи як основний засіб фізичного виховання, їх класифікація.
11. Характеристика загальних принципів фізичного виховання.
12. Характеристика методичних (дидактичних) принципів фізичного виховання.
13. Характеристика специфічних принципів фізичного виховання.
14. Поняття „методи” і „методичні прийоми”. Класифікація методів фізичного виховання.
15. Методи навчання рухових дій.
16. Методи вдосконалення та закріплення рухових дій.
17. Методи вдосконалення рухових якостей.
18. Знання як компонент фізкультурної освіти. Систематизація фізкультурних знань.
19. Сутність поняття „управління” в ТіМФВ.
20. Необхідні умови управління ФВ.
21. Моделювання як умова управління процесом ФВ.
22. Алгоритм програмування занять фізичними вправами.
23. Мета і види контролю.

24. Особливості попереднього, оперативного, поточного та етапного контролю.
25. Мета та завдання фізичного виховання дітей дошкільного віку
26. Засоби фізичного виховання дітей дошкільного віку
27. Організаційні форми фізичного виховання дітей дошкільного віку
28. Особливості проведення фізкультурно-оздоровчих заходів в режимі дня дошкільнят
29. Особливості застосування засобів фізичної культури на прогулянках з дітьми дошкільного віку
30. Організація та проведення занять з фізичної культури з дітьми дошкільного віку
31. Загальні вимоги до підбору вправ ігрового характеру для застосування у фізичному вихованні дітей дошкільного віку
32. Планування та облік роботи з фізичного виховання у дошкільному закладі
33. Мета, цілі і завдання фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку.
34. Шляхи активізації формування звички до занять фізичної культури на уроках фізичної культури
35. Характеристика словесних методів навчання руховим діям і особливості їх використання у навчанні техніки фізичних вправ дітей дошкільного і молодшого шкільного віку.
36. Характеристика наочних методів навчання руховим діям і особливості їх використання у навчанні техніки фізичних вправ дітей дошкільного і молодшого шкільного віку.
37. Характеристика практичних методів навчання руховим діям і особливості їх використання у навчанні техніки фізичних вправ дітей дошкільного і молодшого шкільного віку
38. Характеристика першого етапу навчання руховим діям. Завдання етапу. Методи навчання техніці
39. Характеристика другого етапу навчання руховим діям. Завдання етапу. Методи навчання техніці
40. Характеристика третього етапу навчання руховим діям. Завдання етапу. Методи навчання техніці
41. Особливості методики розвитку швидкості у дітей молодшого шкільного віку.
42. Характеристика урочних форм занять фізичною культурою
43. Структура уроку фізичної культури.
44. Завдання та зміст підготовчої частини уроку.
45. Завдання та зміст основної частини уроку.
46. Завдання та зміст заключної частини уроку.
47. Вирішення освітніх завдань на уроках фізичної культури. Типи уроків.
48. Вирішення оздоровчих завдань на уроках фізичної культури.

49. Вирішення виховних завдань на уроках фізичної культури.
50. Методичні і організаційні умови проведення фізкультхвилинок і фізкультпауз.
51. Організація і методика проведення “Веселих стартів”.
52. Організація і методика проведення «рухливих перерв»
53. Загальна характеристика позаурочних форм фізичного виховання школярів.
54. Форми фізичного виховання в режимі дня школяра.
55. Позакласні форми фізичного виховання школярів.
56. Завдання фізичного виховання учнів середнього та старшого шкільного віку.
57. Особливості проведення та організації уроків з фізичного виховання з дітьми середнього та старшого шкільного віку
58. Особливості організації та проведення позаурочних форм занять з дітьми середнього та старшого шкільного віку
59. Зумовленість і значення диференційованого фізичного виховання.
60. Підходи до диференційованого фізичного виховання, критерії диференціації.
61. Розподіл школярів на медичні групи для занять фізичними вправами.
62. Підходи до організації уроків фізичної культури з учнями спеціальної медичної групи.
63. Загальні методичні рекомендації до проведення занять фізичними вправами з учнями СМГ.
64. Особливості застосування коригуючої гімнастики для профілактики порушень постави.
65. Оздоровче значення та особливості застосування за гартувальних процедур у ФВ школярів.
66. Характеристика основних документів планування.
67. Технологія планування процесу фізичного виховання та його функції. Підготовка до планування.
68. Система планування навчальної роботи з фізичної культури.
69. Характеристика документів планування, які складає вчитель.
70. Технологія складання річного плану з фізичного виховання.
71. Технологія складання робочого плану з фізичного виховання.
72. Технологія складання конспекту уроку з фізичного виховання.
73. Значення та форми контролю навчального процесу з фізичного виховання.
74. Особливості проведення педагогічного контролю в учнів середнього і старшого віку.
75. Мета, завдання, фізичного виховання студентів ВЗО III-IV рівнів акредитації.
76. Соціально-психологічні чинники, що визначають ефективність фізичного виховання студентів.

77. Програмно-нормативне забезпечення ФВ студентів ВЗО III-IV рівня акредитації.
78. Рекомендована структура та обсяг навчальних занять з фізичного виховання, для студентів різних категорій і груп згідно програми ФВ студентів ВЗО III-IV рівня акредитації.
79. Характеристика контингенту основного навчального відділення та конкретизація завдань стосовно до його особливостей.
80. Особливості перспективного та оперативного планування процесу ФВ студентів ВЗО III-IV рівнів акредитації (у основному спортивному та спеціальному навчальному відділеннях).
81. Характеристика контингенту спортивного навчального відділення та диференціація завдань в залежності від їхньої спортивної обдарованості і перспектив спортивного вдосконалення.
82. Специфіка засобів і методів, що використовуються у навчальних заняттях з дисципліни „Фізичне виховання” у спеціальному навчальному відділенні.
83. Особливості методики занять із студентами груп „А”, „Б”, і „В” спеціального навчального відділення.
84. Використання сучасних фізкультурно-оздоровчих технологій у фізичному вихованні студентів (на прикладі фітнес-програм).