

**ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
імені Івана Боберського**



СИЛАБУС
навчальної дисципліни
«Теорія і методика фізичного виховання»

Рівень вищої освіти – перший (бакалаврський) рівень

Ступінь вищої освіти – бакалавр

Галузь знань – 01 «Освіта/Педагогіка»

Спеціальність – 017 фізична культура і спорт

Освітня програма – Фізкультурно-спортивна реабілітація

Кількість кредитів – 5 (150 год.), із них: аудиторних – 60 год.;
самостійної роботи студента – 90 год.

Форма навчання – денна

Рік підготовки – 2, семестр – 4

Компонент освітньо-наукової програми – обов'язкова.

Матеріал поділено на 1 модуль, виокремлено 2 змістові модулі. Вид контролю - іспит.

Керівник курсу



Ріпак Мар'яна Олексіївна - доцент кафедри теорії і методики фізичної культури, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент.

Контактна інформація:

Адреса: Львів, 79007, вул. Костюшка, 11, ЛДУФК імені Івана Боберського, авд. 201, тел. (032)2603257,

e-mail: m.ripak.27@gmail.com

Консультації: вівторок, четвер 15:00-16:00, авд. 201

Опис дисципліни

Курс «Теорія і методика фізичного виховання» розроблено з урахуванням вимог до змісту підготовленості фахівців галузі 01 Освіта, спеціальності 017 фізична культура і спорт.

Мета викладання курсу – формування у студентів загальних основ теорії і методики фізичного виховання, які розповсюджуються на широку галузь застосування (базова фізична культура, спорт, оздоровча фізична культура для осіб різних вікових груп).

У результаті вивчення курсу «Теорія і методика фізичного виховання» студенти повинні

знати

- методологічні та теоретичні основи побудови педагогічного процесу фізичного виховання;
- законодавчі та програмно-нормативні засади фізичного виховання;
- теоретико-методичні основи організації фізичного виховання в установах системи фізичного виховання;
- зміст, засоби та методи фізичного виховання;
- основи побудови процесу навчання руховим діям і розвитку фізичних якостей;
- основи планування та педагогічного контролю у фізичному вихованні.

вміти

- творчо використовувати отримані знання з ТіМФВ при вирішенні педагогічних, навчально-виховних, науково-методичних завдань;
- визначати завдання фізичного виховання;
- володіти основами методики навчання руховим діям та розвитку фізичних якостей;
- володіти методами наукових досліджень з проблем ТіМФВ.

Пререквізити. Дисципліна орієнтована на узагальнення специфічних теоретико-методичних закономірностей фізичного виховання, які розглядаються в структурі медико-біологічних дисциплін, спортивно-педагогічних, психолого-педагогічних, соціальних дисциплін та інших. Обов'язковим є володіння знаннями з тем: «Мета та завдання ФВ», «Принципи ФВ», «Засоби і методи ФВ», «Форми ФВ», «Планування і контроль у ФВ».

Постреквізитів не існує. Студенти здобудуть компетентності, важливі для професійної кваліфікації здобувача освіти рівня бакалавр.

Навчальний контент

№ теми	Теми	Результати навчання	Зміст практичних робіт	Форма контролю	Література
1	Теорія і методика фізичного виховання, як наукова та навчальна дисципліна. <ul style="list-style-type: none"> • Мультимедійна лекція, • Семінар (робота в малих групах або «Акваріум»), • Самостійна робота студентів 	Знати: базові поняття ТiМФВ; джерела та етапи розвитку ТiМФВ, зв'язок ТiМФВ з іншими науками та навчальними дисциплінами; структура навчальної дисципліни з ТiМФВ; методи дослідження в ТiМФВ; актуальні проблеми ТiМФВ.	Ознайомитись із сучасним тлумаченням основних вихідних понять в ТiМФВ, структурою навчальної дисципліни, методами наукових досліджень та актуальними проблемами.	Записи в зошиті, усне опитування, участь в дискусії	1, 3, 6, 7, 8, 12, 16
2	Фізичне виховання як соціальне явище та педагогічний процес. Система фізичного виховання. <ul style="list-style-type: none"> • Мультимедійна лекція • Семінар (ділова гра, або «Мікрофон», або робота в парах), • Самостійна робота студентів 	Знати: фактори, які зумовлюють виникнення і розвиток фізичного виховання; основні напрямки, мета та завдання фізичного виховання; поняття системи фізичного виховання та її засади.	Окреслити основні напрями фізичного виховання, розкрити мету та специфічність завдань фізичного виховання; розкрити світоглядні, програмно-нормативні, науково-методичні та організаційні основи системи фізичного виховання.	Конспект, підготувати відповіді на запитання	1, 3, 4, 6, 7, 12, 16
3	Принципи фізичного виховання. <ul style="list-style-type: none"> • Мультимедійна лекція • Семінар («Акваріум», або «Мозковий штурм»), • Самостійна робота студентів 	Знати: характеристику принципів фізичного виховання; виховання особистісних якостей в процесі фізичного виховання.	Охарактеризувати загальні, дидактичні та специфічні принципи фізичного виховання; особистісні якості, які виховуються у процесі занять.	Конспект, усне опитування, участь в обговоренні	1, 3, 6, 7, 12, 16
4	Засоби фізичного виховання. <ul style="list-style-type: none"> • Мультимедійна лекція • Семінар (доповідь-візуалізація, або ділова 	Знати: характеристику основних та допоміжних засобів фізичного виховання; класифікацію фізичних вправ; кінематичні, динамічні та ритмічні характеристики техніки виконання фізичних вправ.	Характеристика засобів фізичного виховання (основні, допоміжні); класифікація фізичних вправ; поняття про техніку фізичних вправ та її характеристика Підготувати	Усне опитування, участь в обговоренні.	1, 3, 4, 5, 6, 7, 12, 14, 16

	гра, або «Мікрофон», або робота в парах), Самостійна робота студентів		повідомлення про сучасні системи використання фізичних вправ для зміцнення здоров'я.		
5.	Навантаження та відпочинок, як компоненти виконання фізичних вправ. • Мультимедійна лекція, • Семінар (дискусія у вигляді ток-шоу), Самостійна робота студентів	Знати: загальну характеристику фізичного навантаження; внутрішню та зовнішню сторони фізичного навантаження, регулювання фізичного навантаження; особливості відпочинку, як чинника оптимізації тренувальних впливів.	Означити компоненти навантаження (обсяг, інтенсивність), тривалість та характер відпочинку. Способи регулювання фізичного навантаження.	Конспект, відповіді на запитання, участь в обговоренні	1, 3, 4, 6, 7, 12
6.	Методи фізичного виховання. • Мультимедійна лекція • Семінар («Акваріум», або «Мозковий штурм»), Самостійна робота студентів	Знати: базові поняття: «метод», «методика», «методичний прийом»; сучасні підходи до класифікації методів, що застосовуються у фізичному вихованні.	Класифікація методів фізичного виховання. Підготувати реферат і захистити по методам фізичного виховання (метод, слова, метод демонстрації, практичні методи). Характеристика методів навчання, тренування, закріплення та удосконалення рухових дій.	Реферат, інформаційні повідомлення	1, 3, 4, 6, 7, 12, 14, 16
7.	Рухові дії, як предмет навчання. • Мультимедійна лекція (прес-конференція), • Семінар («Незакінчені речення»), Самостійна робота студентів	Знати: основи побудови процесу навчання руховим діям; методологічні основи процесу навчання руховим діям; поняття «рухове вміння» та «рухова навичка»; характеристика рухових умінь та навичок і закономірності їх формування.	Ознайомитись із сучасними методологічними та педагогічними основами теорії навчання руховим діям. Здійснюється написання підсумкової контрольної роботи з метою перевірки засвоєння студентами змістового модуля № 1.	Конспект, відповіді на запитання, реферати	1, 3, 4, 6, 7, 16
8.	Фізичні якості людини. Сила як фізична якість людини. Основи методики розвитку сили. • Мультимедійна лекція • Семінар («Акваріум», або «Мозковий штурм»), • Самостійна робота	Знати: загальну характеристику фізичних якостей людини. Характеристика сили, як фізичної якості людини. Чинники, що зумовлюють силові можливості людини. Класифікація засобів розвитку сили та їх характеристика. Основи методики розвитку силових якостей.	Характеристика фізичних якостей людини. Визначити позитивний та негативний перенос фізичних якостей. Загальна характеристика сили, як фізичної якості людини.	Виступ з повідомленням, участь в обговоренні, реферат	1, 2, 3, 4, 6, 7, 10, 11, 16

	студентів.				
9.	Швидкість як фізична якість людини. Основи методики розвитку швидкості. • Мультимедійна лекція, • Семінар (робота в малих групах або «Акваріум»), Самостійна робота студентів	Знати: загальну характеристику швидкості, як фізичної якості людини. Чинники, що зумовлюють прояв швидкості. Основи методики розвитку швидкості.	Загальна характеристика швидкості, як фізична якість людини. Фактори, що зумовлюють прояв швидкості. Класифікація засобів розвитку швидкості та їх характеристика. Основи методики розвитку швидкості	Реферат, участь в обговоренні	1, 2, 3, 4, 6, 7, 10, 11, 16
10.	Витривалість як фізична якість людини. Основи методики розвитку витривалості. • Мультимедійна лекція • Семінар (ділова гра, або «Мікрофон», або робота в парах), Самостійна робота студентів.	Знати: загальну характеристику витривалості, як фізичної якості людини. Чинники, що зумовлюють витривалість людини. методику розвитку витривалості. Контроль за станом розвитку витривалості.	Загальна характеристика витривалості, як фізичної якості людини. Фактори, що зумовлюють витривалість людини. Методика розвитку загальної, швидкісної, силової та координаційної витривалості.	Конспект, відповіді на запитання, участь в обговоренні, реферат	1, 2, 3, 4, 6, 7, 10, 11, 16
11.	Гнучкість як фізична якість людини. Основи методики розвитку гнучкості. • Мультимедійна лекція • Семінар («Акваріум», або «Мозковий штурм»), Самостійна робота студентів	Знати: загальну характеристику гнучкості, як фізичної якості людини. Чинники, що зумовлюють прояв гнучкості. Основи методики розвитку гнучкості.	Загальна характеристика гнучкості, як фізичної якості людини.	Реферат, участь в обговоренні	1, 2, 3, 4, 6, 7, 10, 11, 16
12.	Спритність як фізична якість людини. Основи методики розвитку спритності. • Мультимедійна лекція • Семінар (доповідь-візуалізація, або ділова	Знати: загальну характеристику спритності, як фізичної якості людини. Чинники, що зумовлюють прояв спритності. Основи методики розвитку спритності.	Загальна характеристика спритності, як фізичної якості людини.	Реферат, участь в обговоренні	1, 2, 3, 4, 6, 7, 10, 11, 16

	гра, або «Мікрофон», або робота в парах), Самостійна робота студентів				
13.	Форми організації занять фізичними вправами. • Мультимедійна лекція, • Семінар (дискусія у вигляді ток-шоу), Самостійна робота студентів	Знати: основні форми організації занять та їх характеристики. Урочні форми організації занять. Загальна характеристика занять неурочного типу.	Загальна характеристика форм організації занять. Теоретичне обґрунтування структури занять у фізичному вихованні. Основні аспекти побудови занять у фізичному вихованні.	Конспект, відповіді на запитання, участь в обговоренні	2, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 13
14.	Планування та контроль у процесі занять фізичними вправами. • Мультимедійна лекція • Семінар («Акваріум», або «Мозковий штурм»), Самостійна робота студентів	Знати: методи планування процесу занять фізичними вправами, його види та зміст, методи контролю в процесі фізичного виховання. Його значення, види та зміст.	Особливості планування урочної та позаурочної роботи з ФВ школярів. Напрямки планування навчально-виховного процесу з ФВ. Особливості контролю в процесі фізичного виховання.	Записи в зошиті, усне опитування, участь в дискусії	2, 3, 6, 7, 12, 16
15.	Управління процесом фізичного вправами. • Мультимедійна лекція • Семінар («Акваріум», або «Мозковий штурм»), • Самостійна робота студентів, Тестування (Moodle)	Знати: що таке моделювання у фізичному вихованні, прогнозування у фізичному вихованні, програмування та корекція програм занять в процесі фізичного виховання.	Характеристика моделювання, прогнозування і програмування занять у ФВ. Здійснюється написання підсумкової контрольної роботи (тестування) з метою перевірки засвоєння студентами змістового модуля № 2.	Записи в зошиті, усне опитування, контрольна робота	2, 3, 4, 6, 7, 15, 16

Літературні джерела

Основна література:

1. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : підручник / Б. М. Шиян. – Т. : Навчальна книга – Богдан, 2008. – Ч. 1. – 272 с.
2. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : підручник / Б. М. Шиян. – Т. : Навчальна книга – Богдан, 2008. – Ч. 2. – 272 с.
3. Теорія і методика фізичного виховання : [підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту] : у 2 т. / за ред. Т. Ю. Круцевич. – К. : Олімпійська література, 2008. – Т. 1. – 391 с. ; Т. 2. – 366 с.
4. Шиян Б. М. Теорія фізичного виховання / Б. М. Шиян, В. Г. Папуша, Є. Н. Приступа. – Л. : ЛОНМІО, 1996. – 220 с.
5. 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. – 448 с.
6. Матвеев Л. П. Теория и методика физического воспитания : учеб. для ин-тов физ. культуры / под ред. Л. П. Матвеева, А. Д. Новикова. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Физкультура и спорт, 1976. – Т. 1. – 303 с.
7. Курамшин Ю. Ф. Теория и методика физической культуры : учебник / под. ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. – 3-е изд., стереотип. – Москва : Советский спорт, 2007. – 464 с.

Додаткова література:

8. Про фізичну культуру і спорт : Закон України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/3808-1>.
9. Про Національну стратегію з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність - здоровий спосіб життя - здорова нація» : Указ Президента України від 9 лютого 2016 року № 42/2016. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.president.gov.ua/documents/422016-19772>.
10. Вільчковський Е. С. Система фізичного виховання молодших школярів: [навч.-метод. посіб. для викл. та студ. вищ. навч. закл. освіти I–II рівнів акредитації] / Є. С. Вільчковський, М. П. Козленко, С. Ф. Цвек. – Київ : Вища школа, 1984. – 232 с.
11. Линець М. М. Основи методики розвитку рухових якостей : навч. посіб. / М. М. Линець. – Львів : Штабар, 1997. – 207 с.
12. Теория и методики физического воспитания / под ред. Ашмарина Б. А. – Москва, 1990.
13. Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова

нація» / Схвалено указом Президента України від 9 лютого 2016 року № 42/2016.

14. Організація та методика оздоровчої фізичної культури і рекреаційного туризму : навч. посіб. / О. М. Жданова, А. М. Тучак, В. І. Поляковський, І. В. Котова. - Луцьк : Вежа, 2000. - 248 с.
15. Шиян Б. М. Основи наукових досліджень у фізичному вихованні та спорті : [навч. посіб.] / Б. М. Шиян, Г. А. Єдинак, Ю. В. Петришин – Кам'янець-Поділ. : Рута, 2012. – 278 с. – ISBN 978-966-2771-10-7.
16. Холодов Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студентов вузов / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – 6-е изд., стереот. – Москва : Академия, 2008. – 480с.

Політика щодо академічної доброчесності

Плагіат та інші форми нечесної роботи недопустимі. При запозиченні інформації – обов'язково послатися на джерело. Усі письмові роботи перевіряються на наявність плагіату і допускаються до захисту із коректними текстовими запозиченнями не більше 20 %. Списування під час контрольних робіт та екзаменів заборонені (в т.ч. із використанням мобільних девайсів). *Мобільні пристрої дозволяється використовувати лише під час он-лайн тестування (наприклад, програма Moodle).*

Політика щодо дедлайнів та перескладання

Роботи, які здаються із запізненням без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку. Відпрацювання лекційних та семінарських занять здійснюється протягом двох тижнів з моменту пропуску заняття або отримання незадовільної оцінки на занятті. Перескладання модулів відбувається із дозволу деканату за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний). Перескладання іспиту відбувається із дозволу деканату.

Політика щодо відвідування

Відвідування лекційних, семінарських та практичних занять є обов'язковим. У разі пропуску 1/3 занять студент **не допускається** до підсумкового контролю. Для студентів, що навчаються за індивідуальним планом, перелік завдань і час їх здавання затверджуватиметься індивідуально. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, міжнародне стажування, підготовка або участь у змаганнях) навчання може відбуватись *в он-лайн формі* за погодженням із керівником курсу.

Політика оцінювання

Умови допуску до підсумкового контролю

- відвідування (або відпрацювання) усіх занять;

- наявність конспекту лекції чи самопідготовки;
- активна і продуктивна участь у семінарських заняттях (відповіді на запитання, доповнення);
- складання підсумкових тестів;
- написання контрольних робіт;
- вчасне виконання самостійних робіт.

Студент може отримати додаткові бали за участь у конференціях, конкурсах і олімпіадах, за публікування наукових статей.

Система оцінювання та вимоги

Загальна система оцінювання курсу. Участь в заняттях впродовж семестру складає 50 % від загальної оцінки, інші 50% від загальної оцінки можна отримати на іспиті. Іспит – усний згідно з переліком питань.

Лекційні заняття. Лекції проходять у мульти-медіа супроводі. Проте презентації не будуть доступними для ознайомлення після лекційного заняття. Тому важливо робити записи під час лекційних занять. Це дозволить запам'ятати ключові деталі. Що найважливіше – дозволить зосередитися на найважливішій інформації, уважніше слухати і критично сприймати подану інформацію. Нотатки не повинні бути надто детальними. Вони повинні бути достатніми для відтворення інформації у пам'яті після лекції. Якщо ви не робили нотаток під час лекції, то очікую, що ви їх зробите під час самостійного вивчення конкретної теми. Тексти лекцій представлені в репозитарії (бібліотеки ЛДУФК імені Івана Боберського <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/20063>).

Семінарські заняття. На семінарських заняттях обов'язково мати зошит, ручку. Для якісного засвоєння навчального контенту семінару важливо попередньо підготуватись до розгляду навчальних питань семінару та брати активну участь під час їх обговорення. Підготуватись до складання тестів, написання контрольних робіт. Вчасно виконати самостійну письмову роботу (реферат) та захистити на семінарському занятті.

Вимоги до самостійних робіт. Завдання для самостійних робіт, вимоги до них та терміни їх подання оголошують наприкінці кожної лекції. Вони подані у методичному посібнику (репозитарій бібліотеки ЛДУФК імені Івана Боберського <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/5047>).

Для студентів, що навчаються за індивідуальним графіком, виконання самостійних письмових робіт є обов'язковим.

Розподіл балів, які отримують студенти

Критерії оцінки	Оцінювання навчальної діяльності (максимальна сума балів)		
	Змістові модулі		Максимальна сума балів за модулями
	1	2	
Поточна успішність (0-2 бали за заняття).	14	16	30
Реферат, презентація (0-5 балів).	5	5	10
Підсумкова контрольна робота, тести (0-5 балів).	5	5	10
Максимальна сума за модуль.	24	26	50

На іспиті студент може отримати від 0 до 50 балів, які сумуються до балів, набраних за два змістові модулі впродовж семестру.

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	A	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	
75-81	C		
68-74	D	задовільно	
61-67	E		
35-60	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

Завдання для підсумкового контролю

1. Теорія і методика фізичного виховання як наукова дисципліна та її місце в системі наукових знань.
2. Теорія і методика фізичного виховання як навчальна дисципліна та її зв'язок з іншими дисциплінами.
3. Структура навчальної дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання».
4. Вихідні поняття ТіМФВ («фізична культура», «фізичне виховання», «фізична рекреація», «система фізичного виховання», «спорт»), їх сучасне трактування.
5. Характеристика поняття «Фізичне виховання». Мета і завдання фізичного виховання. Основні напрямки фізичного виховання. Роль і значення фізичного виховання в сучасному суспільстві.
6. Характеристика поняття «Фізичний розвиток». Фактори, що обумовлюють параметри фізичного розвитку людини.

7. Визначення поняття «Здоров'я» і «Здоровий спосіб життя». Чинники, що впливають на стан здоров'я людини.
8. Характеристика понять «Фізична підготовка», «Фізична підготовленість» та «Фізична працездатність».
9. Методи дослідження в ТіМФВ.
10. Спорт в системі соціальних явищ, визначення понять «Масовий спорт» та «Спорт вищих досягнень».
11. Визначення поняття «Система фізичного виховання». Основні напрямки системи фізичного виховання.
12. Сучасний стан системи фізичного виховання в Україні (характеристика світоглядних, правових, програмно-нормативних, теоретико-методичних, організаційних основ).
13. Шляхи реформування національної системи фізичного виховання в Україні.
14. Основні історичні етапи розвитку і становлення ТіМФВ як наукової і навчальної дисципліни.
15. Джерела виникнення і розвитку ТіМФВ.
16. Принципи фізичного виховання: визначення поняття, групи принципів, їх значення у сфері фізичного виховання.
17. Характеристика загальних принципів фізичного виховання.
18. Характеристика дидактичних принципів фізичного виховання.
19. Характеристика специфічних принципів фізичного виховання.
20. Поняття про засоби фізичного виховання (основні, допоміжні). Характеристика фізичної вправи як основного засобу фізичного виховання.
21. Класифікація фізичних вправ.
22. Характеристика оздоровчих сил природи як засобу фізичного виховання.
23. Характеристика гігієнічних чинників як засобу фізичного виховання.
24. Характеристика техніки фізичної вправи.
25. Кінематичні характеристики техніки фізичних вправ.
26. Динамічні (силові) характеристики техніки фізичних вправ.
27. Ритмічні характеристики техніки фізичних вправ.
28. Базові поняття: «Метод», «Методика», «Методичний прийом». Сучасні підходи до класифікації методів, що застосовуються у фізичному вихованні.
29. Характеристика методів демонстрації (наочності) у фізичному вихованні.
30. Характеристика методів використання слова у фізичному вихованні.
31. Характеристика практичних методів фізичного виховання.
32. Характеристика методів навчання рухових дій.
33. Характеристика методів закріплення й удосконалення рухових дій.
34. Характеристика методів тренування (суворорегламентованої вправи).
35. Характеристика методів безперервної вправи.
36. Характеристика методів інтервальної вправи.
37. Характеристика методів комбінованої вправи.
38. Характеристика ігрового методу.

39. Особливості використання змагального методу.
40. Характеристика методів організації діяльності та способів виконання фізичних вправ на заняттях.
41. Загальна характеристика фізичного навантаження.
42. Внутрішня та зовнішня сторони фізичного навантаження.
43. Регулювання фізичного навантаження.
44. Відпочинок між фізичними навантаженнями як фактор оптимізації тренувальних впливів.
45. Види формування адаптаційних реакцій організму людини.
46. Стадії формування адаптаційних реакцій організму людини.
47. Характеристика структури процесу навчання руховим діям.
48. Характеристика рухових дій як предмету навчання. Рухове вміння, рухова навичка.
49. Характеристика першого етапу навчання рухових дій.
50. Характеристика другого етапу навчання рухових дій.
51. Характеристика третього етапу навчання рухових дій.
52. Педагогічний контроль за засвоєнням техніки виконання рухових дій.
53. Поняття про фізичні якості людини та їх характеристика.
54. Визначте поняття «сила» як фізична якість людини. Різновиди силових якостей. Режим роботи м'язів.
55. Чинники, що зумовлюють силові можливості людини. Як змінюються природні темпи розвитку силових якостей.
56. Класифікація засобів розвитку сили та їх характеристика.
57. Методика розвитку максимальної сили.
58. Методика розвитку швидкісної сили.
59. Методика розвитку вибухової сили.
60. Загальна характеристика швидкості як фізичної якості людини.
61. Чинники, що зумовлюють прояви швидкості. Природні темпи розвитку швидкості.
62. Характеристика засобів вдосконалення швидкості.
63. Методика розвитку швидкості простих реакцій.
64. Методика розвитку швидкості складних реакцій.
65. Загальна характеристика витривалості як фізичної якості людини.
66. Чинники, що зумовлюють прояв витривалості. Як змінюються природні темпи розвитку витривалості. Засоби розвитку витривалості.
67. Методика розвитку загальної витривалості.
68. Методика розвитку швидкісної витривалості.
69. Методика розвитку силової витривалості.
70. Загальна характеристика спритності як фізичної якості людини. Чинники, що зумовлюють прояви спритності.
71. Основи методики розвитку спритності. Контроль за розвитком спритності.
72. Загальна характеристика гнучкості як фізичної якості людини. Чинники, що зумовлюють прояви гнучкості.

73. Класифікація засобів розвитку гнучкості.
74. Основи методики розвитку гнучкості. Контроль за розвитком гнучкості.
75. Загальна характеристика форм організації занять.
76. Урочні форми організації занять та їх характеристика.
77. Загальна характеристика занять позаурочного типу.
78. Теоретичне обґрунтування структури занять у фізичному вихованні.
79. Класифікація занять позаурочного типу.
80. Поняття планування, його види та зміст.
81. Технологія планування та його функції.
82. Сутність поняття «управління» в ТіМФВ.
83. Необхідні умови управління ФВ.
84. Поняття контролю в процесі фізичного виховання. Значення та види контролю навчального процесу з фізичного виховання.
85. Особливості попереднього, оперативного, поточного та етапного контролю.
86. Характеристика методів самоконтролю у фізичному вихованні.
87. Функції планування та обліку навчального процесу у фізичному вихованні. Характеристика основних документів контролю, обліку та звітності.
88. Моделювання у фізичному вихованні.
89. Прогнозування у фізичному вихованні.
90. Програмування та корекція програм занять в процесі фізичного виховання.