

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

КАФЕДРА ТЕОРІЇ І МЕТОДИКИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

«ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ У ВЗО»

(назва навчальної дисципліни)

ПРОГРАМА

підготовки магістрів
(рівень вищої освіти)
галузь знань 01 Освіта
(шифр і назва напрямку)
спеціальності 017 фізична культура і спорт
(шифр і назва спеціальності)

Навчальна програма з дисципліни «Фізична культура і спорт у ВЗО» для магістрантів спеціальності 017 Фізична культура і спорт

I семестр (денна форма навчання)

I семестр (заочна форма навчання)

Розробник: доцент Соломонко О.В.

Навчальна програма затверджена на засіданні кафедри теорії і методики фізичної культури

Протокол від “31” 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 фізичної культури і спорту

Протокол від «____» _____ 20__ року № ____

Голова _____
(підпис)

(_____)
(прізвище та ініціали)

Програма вивчення навчальної дисципліни «Фізична культура і спорт у ВЗО» складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки магістрів спеціальності 017 фізична культура і спорт.

Навчальна дисципліна «Фізична культура і спорт у ВЗО» є профілюючою 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:

1. Програма навчальної дисципліни

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

Змістовий модуль 2. Загальна характеристика фізичного виховання як педагогічного процесу у ВЗО.

Змістовий модуль 3. Основні аспекти методики фізичного виховання.

Змістовий модуль 4. Управління процесом фізичного виховання.

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою викладання навчальної дисципліни «Фізична культура і спорт у ВЗО» є поглиблення знань інноваційного характеру для вирішення проблемних професійних завдань у галузі «фізичне виховання і спорт».

Основними завданнями вивчення дисципліни «Фізична культура і спорт у ВЗО» є забезпечення формування широкої наукової ерудиції та розвиток здібностей творчого теоретичного мислення.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен:

знати: історико-логічний аналіз становлення теорії і методики фізичного виховання як наукової та навчальної дисципліни.; законодавчі та програмно-нормативні засади фізичного виховання; теоретико-методичні основи організації фізичного виховання в установах системи фізичного виховання; основи побудови процесу навчання руховим діям і розвитку фізичних якостей; зміст, засоби та методи фізичного виховання; управління процесом фізичного виховання; соціально-освітні та програмно-нормативні засади фізичного виховання студентів закладів вищої освіти; теоретико-методичні аспекти фізичного виховання студентів закладів вищої освіти.

вміти: творчо використовувати отримані знання з теорії і методики різних груп населення при вирішенні педагогічних, навчально-виховних, науково-методичних завдань; визначати завдання фізичного виховання; володіти основами методик навчання руховим діям та розвитку фізичних якостей; оцінювати і аналізувати рівень фізичного розвитку і фізичної підготовленості осіб різного віку; планувати, організовувати і здійснювати роботу з фізичного виховання 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 володіти методами наукових досліджень з проблем ТiМФВ у ВЗО.

На вивчення навчальної дисципліни відводиться 90 годин / 3 кредити ECTS.

3. 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 ТiМФВ як наукової та навчальної дисципліни.

Тема 2. Сучасний стан та перспективи реформування національної системи фізичного виховання в Україні. Стан та актуальні проблеми реформування системи ФВ студентів закладів вищої освіти з урахуванням вимог сучасності.

Модуль 2

Змістовий модуль 2. Загальна характеристика фізичного виховання як педагогічного процесу.

Тема 1. Проблематика точної постановки завдань у фізичному вихованні. Аналіз сутнісного змісту принципів, що регламентують процес фізичного виховання.

Тема 2. Сучасна систематика засобів і методів фізичного виховання, проблематика їх удосконалення. Концепція побудови занять у фізичному вихованні.

Тема 3. Проблематика формування особистості у процесі фізичного виховання.

Змістовий модуль 3. Основні аспекти методики фізичного виховання.

Тема 1. Проблематика формування фізкультурних знань, рухових вмінь і навичок.

Тема 2. Основи методики розвитку рухових якостей.

Модуль 3

Змістовий модуль 4. Управління процесом фізичного виховання.

Тема 1. Теоретичні основи управління фізичним вихованням. Прогнозування занять та контроль у фізичному вихованні.

Тема 2. Основи управління процесом фізичного виховання дорослого населення. Особливості методики фізичного виховання 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. Демінський А.Ц. Основы теории и методики физического воспитания. – Донецк: АО Донеччина, 1995. – 520 с.

4. Линець М.М. Основи методики розвитку рухових якостей. – Львів: Штабар, 1997. – 208 с.
5. Масовая физическая культура в вузе: Учеб. пособие под ред. В.А.Маслякова, В.С.Матяжова. – Москва: Высшая школа, 1991.–240 с.
6. Матвеев Л. П. Методика физического воспитания с основами теории : учеб. пособ. для студентов ин-тов и учащихся пед. училищ / Л. П. Матвеев, С. Д. Мельников. – М. : Просвещение, 1991. – 191 с.
7. Матвеев Л. П. Теория и методика физического воспитания : учебн. для ин-тов физ. культуры / под. ред. Л. П. Матвеева, А. Д. Новикова. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Физкультура и спорт, 1976. – Т. 1. – 303 с. ; Т. 2. – 256 с.
8. Матвеев Л. П. Теория и методика физической культуры / А. П. Матвеев. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.
9. Романенко В.А. Двигательные способности человека. – Донецк: Новый мир, УКЦентр, 1999. – С. 245-296.
10. Романенко В.В., Куц О.С. Рухова активність і фізичний стан студенток вищих навчальних закладів. Вінниця, 2003. – 130 с.
11. 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.
12. Теория и методика физического воспитания. Том 2. Методика физического воспитания различных групп населения /Под.ред. Т.Ю.Круцевич. – К: Олимпийская литература, 2003. – 392 с.
13. 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.
14. Теорія і методика фізичного виховання : підруч. для студ. вищ. навч. закладів фіз. виховання і спорту : в 2 т. / під ред. Т. Ю. Круцевич. – К. : Олімпійська література, 2008. – Т. 1. – 391 с.
15. Теорія і методика фізичного виховання : підруч. для студ. вищ. навч. закладів фіз. виховання і спорту : в 2 т. / під ред. Т. Ю. Круцевич. – К. : Олімпійська література, 2008. – Т. 2. – 367 с.
16. Фізичне виховання. Навчальна програма для вищих навчальних закладів України III-IV рівні акредитації. – Київ, МОІНУ, 2003, 33 с.
17. 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.
18. Шиян Б. М. Методика фізичного виховання школярів: практикум / Б. М. Шиян. – Л. : Світ, 1993. – 184 с.
19. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : [підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту] / Б. М. Шиян. – Т. : Навчальна книга – Богдан, 2004. – Ч. 1. – 272 с. – ISBN 966-7924-55-6.

20. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : [підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту] / Б. М. Шиян. – Т. : Навчальна книга – Богдан, 2004. – Ч. 2. – 248 с. – ISBN 966-609-005-8.
21. Шиян Б. М. Теорія фізичного виховання / Б. М. Шиян, В. Г. Папуша, Є. Н. Приступа. – Л. : ЛОНМІО, 1996. – 220 с.

Допоміжна

1. Лєко Б. Теоретико-методологічні та психолого-валеологічні виміри процесу фізичного виховання у вищих навчальних закладах // Молода спортивна наука України – Львів, 2004, ТЗ. – С.198-205.
2. Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту: проект. – „Спортивна газета”, 4 грудня 2003.
3. Пидкасистый П. И. Психолого-дидактический справочник преподавателя высшей школы / П. И. Пидкасистый, Л. М. Фридман, М. Г. Гарунов. – М. : Пед. общество России, 1999. – 354 с.
4. Пономарев Н.И. Возникновение и первоначальное развитие физического воспитания. -М: ФиС, 1970 - 284 с.
5. Тер-Ованесян А.А. Педагогические основы физического воспитания. Москва, ФиС, 1978.
6. Фізичне виховання. Навчальна програма для вищих навчальних закладів України III-IV рівні акредитації. – Київ, МОіНУ, 2003, 33 с.
7. Язловецкий В. С. Физическое воспитание детей с ослабленным здоровьем / В. С. Язловецкий. – К. : Здоров'я, 1991. – 232 с.

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

1. Опитування.
2. Перевірка завдань для самостійної роботи.
3. Перевірка матеріалів самопідготовки.
4. Виконання завдань практичних занять.

Підсумковий контроль – іспит.

Екзаменаційні вимоги

1. Предмет ТiМФВ як науки і навчальної дисципліни.
2. Джерела виникнення і розвитку ТiМФВ.
3. Основні історичні етапи розвитку ТiМФВ та їх характеристика.
4. Внесок українських педагогів в теорію ФВ (друга половина ХІХ - перша половина ХХ ст.).
5. Система фізичного виховання (ФВ) як поняття теорії фізичного виховання.
6. Чинники, що зумовлюють виникнення і функціонування фізичного виховання.
7. Специфічність завдань фізичного виховання.
8. Освітні завдання.
9. Оздоровчі завдання.

10. Виховні завдання.
11. Сутність змісту принципів, що регламентують процес фізичного виховання.
12. Загальні (соціальні) принципи ФВ.
13. Педагогічні (дидактичні) принципи фізичного виховання.
14. Специфічні принципи ФВ.
15. Взаємозв'язки між завданнями і принципами фізичного виховання, як складовими даного педагогічного процесу.
16. Засоби фізичного виховання як складові педагогічного процесу.
17. Чинники, що визначають дію фізичних вправ.
18. Аналіз підходів до класифікації засобів фізичного виховання, та ознак цих класифікацій.
19. Класифікація вправ за переважною цільовою спрямованістю їх використання.
20. Класифікація вправ за їх переважною дією на розвиток окремих якостей (здібностей) людини.
21. Класифікація вправ за переважним проявом певних рухових умінь і навиків.
22. Класифікація вправ за структурою рухів. В цьому випадку вправи підрозділяються на циклічні, ациклічні і змішані.
23. Класифікація вправ, побудована за переважною дією на розвиток окремих м'язових груп.
24. Класифікація вправ за особливостями режиму роботи м'язів.
25. Класифікація вправ за відмінностями механізмів енергозабезпечення м'язової діяльності, що беруть участь в роботі.
26. Класифікація вправ за інтенсивністю роботи.
27. Природні сили природи і гігієнічні чинники як засоби фізичного виховання.
28. Методи фізичного виховання як складові даного педагогічного процесу.
29. Визначення «метод», «методичний прийом», «поняття методика», «методичний підхід», «методичний напрям».
30. Принципова **схема** (структура) **послідовності дій при розвитку рухових якостей** в процесі різних форм фізичного виховання (групи загальної фізичної підготовки, групи здоров'я, спортивні секції і т.п.)
31. Аналіз підходів до класифікації методів фізичного виховання, аналіз критеріїв та ознак цих класифікацій.
32. Практичні методи (методи вправляння).
33. Методи використання слова.
34. Методи демонстрації.
35. Роль та місце фізичної культури у формуванні особистості.
36. Особливості виховання моральних якостей у процесі фізичного виховання.
37. Особливості виховання вольових якостей у процесі фізичного виховання.
38. Особливості виховання естетичних смаків у процесі фізичного виховання.
39. Знання як компонент фізкультурної освіти.

40. Характеристика рухових умінь та навичок і закономірності їх формування.
41. Особливості методики навчання руховим діям різної координаційної складності
42. Методи навчання руховим діям (метод навчання вправ загалом; метод навчання вправ по частинах; метод підвідних вправ).
43. Загальна характеристика сили як фізичної якості людини.
44. Види сили.
45. Засоби удосконалення сили
46. Загальна характеристика швидкості як фізичної якості людини.
47. Засоби удосконалення швидкості.
48. Загальна характеристика витривалості.
49. Види витривалості
50. Засоби виховання витривалості.
51. Загальна характеристика гнучкості.
52. Чинники, що зумовлюють прояви гнучкості
53. Засоби удосконалення гнучкості.
54. Загальна характеристика спритності як фізичної якості людини.
55. Методика розвитку та удосконалення рухових якостей.
56. Методика розвитку максимальної сили
57. Методика розвитку вибухової сили
58. Методика вдосконалення швидкості рухових реакцій
59. Методика вдосконалення швидкості циклічних рухів
60. Методика вдосконалення швидкості ациклічних рухових дій
61. Методика вдосконалення загальної витривалості
62. Методика вдосконалення швидкісної витривалості
63. Методика вдосконалення силової витривалості
64. Методика розвитку гнучкості
65. Методика удосконалення спритності.
66. Сутність поняття „управління” в теорії фізичного виховання (ФВ).
67. Необхідні умови управління ФВ.
68. Моделювання у ФВ.
69. Прогнозування у ФВ.
70. Алгоритм програмування занять фізичними вправами.
71. Визначення раціональних засобів і методів в ФВ заняттях фізичними вправами.
72. Визначення раціонального рухового режиму.
73. Контроль у фізичному вихованні.
74. Корекція програм занять.
75. Мета та завдання ФВ дорослого населення.
76. Основні напрямки ФВ дорослого населення.
77. Розподіл дорослих на групи для занять фізичними вправами.
78. Соціально-психологічний портрет студентської молоді.
79. Місце ФВ в системі професійної освіти та виховання студентської молоді.
80. Програмно-нормативне забезпечення ФВ студентів ЗВО.

81. Стан та актуальні проблеми реформування ФВ студентів ЗВО.
82. Форми ФВ студентів ЗВО та їх взаємозв'язок у послідовному формуванні фізичної культури майбутнього фахівця відповідного рівня.
83. Методичні особливості навчальних занять в основному навчальному відділенні.
84. Методичні особливості навчальних занять в спортивному навчальному відділенні.
85. Сучасні підходи до організації позанавчальних форм ФВ студентів у ЗВО.
86. Організація процесу фізичного виховання студентів з послабленим здоров'ям в вищих навчальних закладах.
87. Засоби і методи, що використовуються у навчальних заняттях з дисципліни „Фізичне виховання” у спеціальному навчальному відділенні.
88. Особливості методики і організації заняття з фізичного виховання у студентів спеціального навчального відділення.
89. Загальні правила розвитку окремих рухових якостей при відхиленнях в стані здоров'я.
90. Особливості методики занять з ФВ студентів з різними захворюваннями.