

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ ТА НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ КОРАБЛЕБУДУВАННЯ
імені адмірала Макарова

Навчально-науковий гуманітарний інститут
Кафедра теоретичних основ олімпійського та професійного спорту

Код РПНД О74520



ЗАТВЕРДЖЕНО

Проректор з науково-педагогічної
роботи

Сергій СЛОБОДЯН

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
Program of the Discipline

ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ
Theory and methodology of physical education

рівень вищої освіти	перший (бакалаврський)
тип дисципліни	обов'язкова
мова викладання	українська

Миколаїв – 2021 р.

Робоча програма навчальної дисципліни «ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ» є однією із складових комплексної підготовки фахівців галузі знань 01 Освіта/Педагогіка спеціальності 017 Фізична культура і спорт, освітня програма Олімпійський та професійний спорт

«26» серпня 2021 року, 11 с.

Розробник: Адаменко О. О., кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теоретичних основ олімпійського та професійного спорту, Бірюк С. В., кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри теоретичних основ олімпійського та професійного спорту

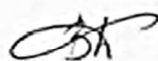
Проект робочої програми навчальної дисципліни «ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ» узгоджено з гарантом освітньої програми (гарантами освітніх програм)

Гарант освітньої програми

«Олімпійський та професійний спорт»

кандидат наук з фізичного виховання і спорту,

доцент кафедри фізичного виховання та спорту

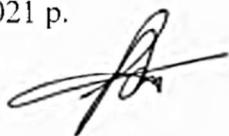


Віктор ДЕРКАЧ

Проект робочої програми навчальної дисципліни «ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ» розглянуто на засіданні кафедри теоретичних основ олімпійського та професійного спорту

Протокол № 1 від «26» серпня 2021 р.

Завідувач кафедри



Ольга КУВАЛДИНА

Проект робочої програми навчальної дисципліни «ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ» розглянуто Науково-методичною комісією Навчально-наукового гуманітарного інституту

Протокол № 1 від «26» серпня 2021 р.

Голова



Олег БОБІНА

Проект робочої програми навчальної дисципліни «ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ» погоджено з навчальним відділом

Начальник відділу



Андрій ЛАБАРТКАВА

Робоча програма навчальної дисципліни «ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ» затверджено Навчально-методичною радою НУК

Протокол № 7 від «26» серпня 2021 р.

Голова НМР НУК



Євген ТРУШЛЯКОВ

© НУК, 2021

ЗМІСТ

Вступ	4
1. Опис навчальної дисципліни.....	5
2. Мета вивчення навчальної дисципліни.....	5
3. Передумови для вивчення дисципліни	5
4. Очікувані результати навчання.....	5
5. Програма навчальної дисципліни.....	5
6. Методи навчання, засоби діагностики результатів навчання та методів їх демонстрування.....	8
7. Форми поточного та підсумкового контролю	8
8. Критерії оцінювання результатів навчання.....	10
9. Рекомендовані джерела інформації.....	10

ВСТУП

Анотація

«Теорія і методика фізичного виховання» – це наукова та навчальна дисципліна, що являє собою систему знань про роль та місце фізичного виховання в житті людини та суспільства, особливості і загальні закономірності її функціонування й розвитку. Це навчальна дисципліна, яка є обов'язковою компонентою при підготовці бакалаврів фізичного виховання та спорту.

Основними завданнями теорії і методики фізичного виховання як наукової дисципліни є узагальнення практичного досвіду, осмислення сутності фізичного виховання, закономірностей розвитку й функціонування, формування цілей, завдань, принципів, оптимальних способів управління процесом.

Ключові слова: теорія, методика, фізичне виховання, спорт, принципи, засоби, методи.

Abstract

«Theory and methodology of physical education» is a scientific and educational discipline that represent a system of knowledge about the role and place of physical education in the life of a person and society, the features and general patterns of its functioning and development. This is an educational discipline that is a mandatory component in the preparation of bachelors of physical education and sports.

The main tasks of the theory and methodology of physical education is a scientific discipline are the generalization of practical experience, the understanding of the essence of physical education, the laws of development and functioning, the formation of goals, tasks, principles, and optimal ways of managing the process.

Key words: theory, methodology, physical education, sports, principles, means, methods.

1. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність (освітня програма), освітній рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 3	Галузь знань 01 Освіта/Педагогіка	Обов'язкова	
Модулів – 1		Рік підготовки: 2-й	
Змістових модулів – 2		Семестр – 4-й	
Електронний адрес РПНД на сайті Університету: https://nuos.edu.ua/studentu/polozhennya-nuk/opis-opp/olimpijskij-ta-profesijnij-sport/	Спеціальність 017 Фізична культура і спорт	Лекцій	
		15 год.	4 год.
		Практичні заняття	
		15 год.	4 год.
		Самостійна робота	
Загальна кількість годин – 90	Освітній рівень: перший (бакалаврський)	60 год.	82 год.
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 2; самостійної роботи – 4.		Вид контролю: іспит	
		Форма контролю: усна, письмова	

2. МЕТА ВИВЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Метою вивчення навчальної дисципліни «ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ» є формування у студентів відповідно до освітньо-професійної програми «Олімпійський та професійний спорт» таких компетентностей:

- ІК. Здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів наук з фізичного виховання і спорту, та характеризується комплексністю та невизначеністю умов.

- ЗК1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.

- ЗК 12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

- СК 10. Здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми.

3. ПЕРЕДУМОВИ ДЛЯ ВИВЧЕННЯ ДИСЦИПЛІНИ

Передумовами для вивчення дисципліни є дисципліни: Вступ до спеціальності, Гімнастика та методика викладання, Анатомія людини, Основи медичних знань, Біохімія спорту, Загальна та спортивна фізіологія, Спортивні ігри та методика викладання, Теорія та методика обраного виду спорту.

4. ОЧІКУВАНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ

Вивчення навчальної дисципліни передбачає формування та розвиток у студентів таких програмних результатів навчання:

- ПРН 17. Знати та розуміти сутність, принципи, методи, форми та організацію процесу навчання і виховання людини.

5. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Змістовий модуль 1. ТМФВ як наукова та навчальна дисципліна

Тема 1. ТМФВ як наукова та навчальна дисципліна

1. ТМФВ як наука та навчальна дисципліна

2. Джерела та етапи розвитку ТМФВ

Література: [4] стор. 6-14, [2] стор. 7-16, [5] стор. 13-17.

Тема 2. Засоби фізичного виховання

1. Фізичні вправи – основний засіб фізичного виховання.
2. Класифікація фізичних вправ.

Література: [1] стор. 11-20, [4] стор. 52-59, [2] стор. 123-148, [5] стор. 39-44.

Тема 3. Основні методи спортивного тренування

1. Поняття «метод» у ТМФВ
2. Методи фізичної вправи

Література: [4] стор. 72-89. [2] стор. 162-167, [5] стор. 83-96.

Тема 4. Рухові дії та методика їх формування

1. Методика формування рухових дій
2. Рухові вміння та навички

Література: [4] стор. 99-111.

Змістовий модуль 2. Форми організації занять у фізичному вихованні

Тема 5. Урочні форми організації занять у фізичному вихованні

1. Різновиди шкільних уроків фізичної культури в школах нового типу
2. Методика проведення уроків

Література: [4] стор. 172-177, [2] стор. 344-350.

Тема 6. Організаційні форми фізичного виховання школярів протягом навчального дня.

Позакласна та позашкільна робота з фізичного виховання

1. Організаційні форми фізичного виховання школярів протягом навчального дня.
2. Позакласна та позашкільна робота з фізичного виховання

Література: [4] стор. 177-180, [2] стор. 366-369.

Тема 7. Планування, контроль і облік у процесі занять з фізичного виховання

1. Значення та форми контролю навчального процесу з фізичного виховання.
2. Значення та основи методики обліку навчального процесу з фізичного виховання
3. Функції та особливості планування навчального процесу з фізичного виховання.

Література: [2] стор. 370-375.

Тематичний план навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин							
	денна форма				заочна форма			
	усього	у тому числі			усього	у тому числі		
		л	п	с.р.		л	п	с.р.
Змістовий модуль 1. ТМФВ як наукова та навчальна дисципліна								
Тема 1. ТМФВ як наукова та навчальна дисципліна	11	2	2	7	11	–	–	11
Тема 2. Засоби фізичного виховання	11	2	2	7	11	1	2	8
Тема 3. Основні методи спортивного тренування	12	2	2	8	12	1	–	11
Тема 4. Рухові дії та методика їх формування	11	2	2	7	11	–	–	11
Разом за змістовим модулем I	45	8	8	29	45	2	2	41
Змістовий модуль 2. Форми організації занять у фізичному вихованні								
Тема 5. Урочні форми організації занять у фізичному вихованні	15	2	2	11	15	1	2	12

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин							
	денна форма				заочна форма			
	усього	у тому числі			усього	у тому числі		
		л	п	с.р.		л	п	с.р.
Тема 6. Організаційні форми фізичного виховання школярів протягом навчального дня. Позакласна та позашкільна робота з фізичного виховання	15	2	2	11	15	1	–	14
Тема 7. Планування, контроль і облік у процесі занять з фізичного виховання	15	3	3	9	15	–	–	15
<i>Разом за змістовим модулем 2</i>	45	7	7	31	45	2	2	41
Разом за курсом	90	15	15	60	90	4	4	82

Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1	ТМФВ як наукова та навчальна дисципліна	2	–
2	Засоби фізичного виховання	2	2
3	Основні методи спортивного тренування.	2	–
4	Рухові дії та методика їх формування.	2	–
5	Урочні форми організації занять у фізичному вихованні	2	2
6	Організаційні форми фізичного виховання школярів протягом навчального дня. Позакласна та позашкільна робота з фізичного виховання	2	–
7	Планування, контроль і облік у процесі занять з фізичного виховання.	3	–
Разом		15	4

Самостійна робота

Самостійна робота студентів передбачає навчально-пізнавальну діяльність із самостійного пошуку інформаційних джерел для вивчення питань за темами дисципліни, що рекомендуються для самостійного ознайомлення з метою поглиблення та розширення знань, формування та розвитку ключових, професійних, спеціально-професійних компетентностей. Організація самостійної роботи студентів спрямована на навчання студентів щодо творчої і самостійної праці, планування особистої стратегії навчання, раціональної організації свого часу, аналізу та інтерпретації результатів науково-дослідної роботи. Основні види самостійної роботи, передбачені для опанування навчальної дисципліни.

Розподіл годин самостійної роботи для студентів денної форми навчання:

- підготовка до практичних занять – **2-3 год./1 робота**;
- написання рефератів, есе, виконання розрахункових, розрахунково-графічних або графічних робіт, домашньої контрольної роботи, перекладу, аналітичний огляд, аналіз практичних, проблемних ситуацій (обсяг однієї роботи 10-20 аркушів А4) – **мінімум 15 годин на 1 роботу**;
- підготовка до контрольних заходів – **(15-30) год. на 1 захід**.

Завдання для самостійної роботи

№ з/п	Вид роботи	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1	Підготовка до лекцій	15	30

№ з/п	Вид роботи	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
2	Підготовка до практичних робіт	30	45
3	Підготовка до контрольної роботи	30	37
<i>Разом</i>		75	112

6. МЕТОДИ НАВЧАННЯ, ЗАСОБИ ДІАГНОСТИКИ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ ТА МЕТОДІВ ЇХ ДЕМОНСТРУВАННЯ

Методи навчання – способи, якими забезпечується набуття здобувачами відповідних компетенцій через засвоєння програмного матеріалу та активізацію навчального процесу, а саме:

- **для всіх видів занять:** робота з літературою; пояснення; дискусія; диспут; демонстрування;
- **для лекційних занять:** лекція; бесіда; ілюстрування; відеометод;
- **для практичних занять:** вправа; інструктаж;
- **методи контролю і самоконтролю:** фронтальне опитування; контрольні роботи; контрольні тестові роботи програмованого типу (перелік запитань і можливі варіанти відповідей), іспит.

Засобами оцінювання та методами демонстрування результатів навчання виступають:

- контроль засвоєння теоретичних знань (опитування на практичних заняттях);
- оцінювання письмових завдань;
- перевірка та оцінювання самостійної роботи студентів;
- використання пакетів тестів;
- використання пакетів завдань для підсумкового контролю знань.

7. ФОРМИ ПОТОЧНОГО ТА ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ

Досягнення студента оцінюються за 100-бальною системою Університету. Підсумкова оцінка навчального курсу включає в себе оцінки з поточного контролю і оцінки заключного іспиту (за його наявності).

У кожного компонента своя частка в загальній системі оцінок. У проміжних оцінках студент може набрати від 60 балів до 100 балів. Під компонентом проміжних оцінок розуміються поточні оцінки протягом семестру (активність, участь в дискусіях; виконання завдань та інше). Питома вага заключного іспиту в загальній системі оцінок – 40 балів. Право здавати заключний іспит дається студенту, який з урахуванням максимальних балів проміжних оцінок і заключного іспиту набирає не менше 60 балів. Підсумкова оцінка навчального курсу є сумою проміжних оцінок і оцінки іспиту.

Поточний контроль проводиться на кожному практичному занятті та за результатами виконання завдань самостійної роботи. Він передбачає оцінювання теоретичної підготовки здобувачів вищої освіти із зазначеної теми (у тому числі, самостійно опрацьованого матеріалу) під час роботи на практичних заняттях та набутих практичних навичок під час виконання завдань практичних робіт. Зарахування кредитів навчального курсу можливо тільки після досягнення результатів, запланованих РПНД, що виражається в одній з позитивних оцінок, передбачених чинним законодавством.

Форми контролю результатів навчальної діяльності студентів та їх оцінювання

Відповіді на практичних заняттях		Критерії оцінювання
Денна форма	Заочна форма	
5	13-15	Відповідь правильна, повна, логічна, містить аналіз, систематизацію, узагальнення, використані міжпредметні зв'язки, містить аргументовані висновки.
4	10-12	Відповідь в цілому правильна, достатньо повна, логічна; допущені несуттєві помилки та неточності у викладенні матеріалу
3	6-9	Відповідь частково правильна, містить неточності, недостатньо обґрунтована.
2	4-5	Відповідь має суттєві помилки, аргументи несформульовані, використовуються невірна термінологія.
1	1-3	Відповідь містить значну кількість суттєвих помилок, не обґрунтована.
0		Студент не дає відповіді.
Максимальна оцінка студента за даний компонент програми 75 балів		

Поточний модульний контроль у формі тестування

Правильних відповідей, %	100	90	80	70	60	50	40	30	20	10
Денна форма, бал	25	23	20	17	15	12	10	7	5	2
Заочна форма, бал	30	27	24	21	18	15	12	9	6	3

Екзамен проводиться у комбінованій формі (письмові відповіді та усний захист). До екзаменаційного білету входить чотири питання. Кожне питання оцінюється у 10 балів. Максимально за іспит студент може отримати 4x10 балів = 40 балів.

Екзамен	Критерії оцінювання
10-8	Робота розкриває тему, основні питання, висвітлено причинно-наслідкові зв'язки, зроблено висновки. Робота має всі необхідні структурні елементи. Відповідно оформлена. Оригінальна. Відсутні помилки: граматичні і орфографічні.
7-6	Робота в цілому розкриває тему і основні питання, частково висвітленні причинно-наслідкові зв'язки. Висновки не в повному обсязі. Робота має всі необхідні структурні елементи. Відповідно оформлена. Відсутні значні помилки. є окремі, несуттєві загальні зауваження.
5-3	Робота відповідає вище наведеним критеріям, але має ряд недоліків в розкритті теми, висвітлення причинно-наслідкових зв'язків часткове, часткові висновки. Відступ від стандартів оформлення.
2-1	Сутність теми не розкрита. Робота містить суттєві недоліки. Неохайна. Суттєві відступи від стандартів оформлення.
0	Текст і зміст роботи не відповідає темі. Робота має неохайний вигляд. Студенти не розуміє питання теми.
Максимальна оцінка студента за даний компонент програми 40 балів	

Форма контролю	Максимальна кількість балів	
	Денна форма	Заочна форма
Відповіді на практичних заняттях	7×5=35 балів	2×15=30 балів
Поточний модульний контроль	25 балів	30 балів
Екзамен	40 балів	40 балів
Всього	100	100

8. КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

		Денна форма		Заочна форма	
		Вид роботи	Кількість балів	Вид роботи	Кількість балів
ЗМ1	T1	Практичне заняття	5		
	T2	Практичне заняття	5	Практичне заняття	15
	T3	Практичне заняття	5		
	T4	Практичне заняття	5		
ЗМ2	T5	Практичне заняття	5	Практичне заняття	15
	T6	Практичне заняття	5		
	T7	Практичне заняття	5		
Поточний модульний контроль			25		25
Екзамен			40		40
Сума			100		100

9. РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ.

Основна література

1. Гурєєва А. М., Черненко О. Є., Дорошенко Е. Ю. Теорія і методика фізичного виховання: основи спеціальної термінології у фізичному вихованні: навчальний посібник. Запоріжжя: ЗДМУ, 2020. 78 с.
2. Іващенко В. П., Безкопильний О. П. Теорія і методика фізичного виховання. Підручник. Ч1. Черкаси, 2005. 420 с.
3. Теорія і методика фізичного виховання. Т. 1 / За ред. Т. Ю. Круцевич. Київ: Олімпійська література, 2008.
4. Тулайдан В. Г., Тулайдан Ю. Т. Практикум з теорії і методики фізичного виховання. Львів: Фест-Прінт, 2017. 179 с.
5. Черненко С. О. Теорія й методика фізичного виховання: навчальний посібник: у 2 частинах. Краматорськ: ДДМА, 2021. Частина 1. 215 с.

Допоміжна література

1. Державна програма розвитку фізичної культури і спорту в Україні. Київ, 1994. 34 с.
2. Державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України. Київ, 1996. 31 с.
3. Закон України «Про внесення змін до Закону України «Про фізичну культуру і спорт» (від 18 червня 1999 року). *Голос України*. 1999. 17 липня.
4. Закон України «Про освіту», 1991, 26 червня.
5. Закон України «Про фізичну культуру і спорт». Київ, 1994. 22 с.
6. Концептуальні засади подальшого розвитку фізичної культури і спорту в Україні // Наука в олімпійському спорті. 1998. № 1. С. 5–12.
7. Концепція безперервної фізкультурно-оздоровчої роботи з учнями загальноосвітніх шкіл. Київ, 1997. 18 с.
8. Концепція фізичного виховання в системі освіти України. *Фізичне виховання в школі*. 1998. № 2. С. 2–7.

9. Сергієнко Л. П. Практикум з теорії і методики фізичного виховання. Харків: ОВС, 2007. 271 с.
10. Сергієнко Л. П. Тестування рухових здібностей школярів. Київ: Олімпійська література, 2001. 440 с.
11. Теория и методика физического воспитания. Общие основы теории и методики физического воспитания: учебник в 2-х томах / под редакцией Т. Ю. Круцевич. Київ: Олимпийская литература, 2003. Том 1. 423 с.
12. Худолій О. М. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання: навчальний посібник. Харків: ОВС, 2007. 406 с.
13. Цільова комплексна програма «Фізичне виховання – здоров'я нації». Київ, 1998. 48 с.
14. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2001. Частина 1. 272 с.

Інформаційні ресурси в інтернет

1. Міністерство освіти і науки України: офіційний сайт. URL: <http://www.mon.gov.ua>
2. Національна бібліотека України імені В. І. Вернадського: офіційний сайт. URL: <http://www.nbuv.gov.ua/>.
3. Наукова бібліотека НУК імені адмірала Макарова: офіційний сайт <http://lib.nuos.edu.ua/>

Розробник програми

 Оксана АДАМЕНКО

 Світлана БІРЮК