

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ ТА НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ КОРАБЛЕБУДУВАННЯ
ІМЕНІ АДМІРАЛА МАКАРОВА

НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ ІНСТИТУТ

ІМЕНІ В.О. СУХОМЛИНСЬКОГО

(повна назва підрозділу)

КАФЕДРА ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ

(повна назва кафедри)



ЗАТВЕРДЖЕНО

Проректор із науково-педагогічної роботи

Сергій Слободян

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Program of the Discipline

Методика викладання дисципліни "Фізичне виховання"
METHODS OF TEACHING THE DISCIPLINE PHYSICAL EDUCATION

рівень вищої освіти _____ другий (магістерський) _____

тип дисципліни _____ обов'язкова _____

мова викладання _____ українська _____

Миколаїв – 2025

Робоча програма навчальної дисципліни «Методика викладання дисципліни Фізичне виховання» є однією із складових комплексної підготовки фахівців галузі знань А Освіта, спеціальності А4 Середня освіта, предметної спеціальності А4.11 Середня освіта (Фізична культура), освітньо-професійної програми Середня освіта (Фізична культура).

«02» лютого 2025 р.

Розробник: *Лелека Віталій Миколайович, доктор педагогічних наук, доцент кафедри фізичної культури та спорту.*

Проект робочої програми навчальної дисципліни «Методика викладання дисципліни Фізичне виховання» розглянуто на засіданні кафедри фізичної культури та спорту

Протокол № 8 від «05» березня 2025 р.

Завідувач кафедри

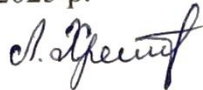


Віталій Лелека

Проект робочої програми навчальної дисципліни «Методика викладання дисципліни Фізичне виховання» розглянуто Науково-методичною комісією Навчально-наукового педагогічного інституту імені В.О. Сухомлинського

Протокол № 3 від «06» березня 2025 р.

Голова



Людмила Хрящевська

Проект робочої програми навчальної дисципліни «Методика викладання дисципліни Фізичне виховання» погоджено з навчальним відділом

Начальник відділу



Андрій Лабарткава

Робочу програму навчальної дисципліни «Методика викладання дисципліни Фізичне виховання» затверджено Навчально-методичною радою НУК

Протокол № 3 від «26» березня 2025 р.

Голова НМР НУК



Сергій Слободян

© НУК, 2025

© Лелека В.М., 2025

ЗМІСТ

Вступ.....	
1. Опис навчальної дисципліни	
2. Мета вивчення навчальної дисципліни	
3. Передумови для вивчення дисципліни	
4. Очікувані результати навчання.....	
5. Програма навчальної дисципліни	
6. Методи навчання, засоби діагностики результатів навчання та методів їхнього демонстрування	
7. Форми поточного та підсумкового контролю.....	
8. Критерії оцінювання результатів навчання.....	
9. Засоби навчання, Інструменти, обладнання та програмне забезпечення, використання яких передбачає навчальна дисципліна;.....	
10. Рекомендовані джерела інформації	

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність (освітня програма), освітній рівень	Характеристика навчальної дисципліни			
		денна форма навчання			
Кількість кредитів – 6	А Освіта	Обов'язкова			
Модулів – 2		Рік підготовки:			
Змістових модулів – 6		5-й		5-й	
Електронний адрес РПНД на сайті Університету	А4 Середня освіта А4.11 Середня освіта (Фізична культура) освітня програма: «Середня освіта (Фізична культура)»	Семестр			
		9-й	10-й	9-й	10-й
Лекцій					
15 год		15 год	6 год	6 год	
Практичні, семінарські					
15 год		15 год	6 год	6 год	
Лабораторні					
0 год.		0 год.			
Індивідуальне науково-дослідне завдання –	Освітній рівень: другий (магістр)	Самостійна робота			
Загальна кількість годин – 180		60 год	60 год	78 год	78 год
		Індивідуальні завдання: 0 год.			
		Вид контролю: екзамен			
		Форма контролю: усна, письмова			
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 4	самостійної роботи студента – 8				

АНОТАЦІЯ

Навчальна дисципліна «Методика викладання дисципліни "Фізичне виховання"» спрямована на формування у здобувачів вищої освіти системи теоретичних знань, практичних умінь і професійних компетентностей, необхідних для організації та проведення освітнього процесу з фізичного виховання у закладах освіти. У процесі вивчення дисципліни розглядаються сучасні підходи до планування, організації та проведення навчальних занять з фізичного виховання, методи навчання рухових дій, розвитку фізичних якостей, контролю та оцінювання навчальних досягнень здобувачів освіти. Особлива увага приділяється використанню інноваційних педагогічних технологій, засобів фізичного виховання та формуванню професійної майстерності майбутнього вчителя фізичної культури.

Ключові слова: фізичне виховання, методика викладання, освітній процес, рухові дії, фізичні якості, урок фізичної культури, педагогічні технології, планування навчання, оцінювання, професійна компетентність.

ANNOTATION

The academic discipline "Methods of Teaching the Subject 'Physical Education'" is aimed at developing students' theoretical knowledge, practical skills, and professional competencies necessary for organizing and conducting the educational process in physical education. The course covers modern approaches to planning, organizing, and conducting physical education classes, methods of teaching motor skills, developing physical qualities, monitoring, and assessing students' learning achievements. Particular attention is paid to the use of innovative pedagogical technologies, physical education means, and the development of professional teaching skills of future physical education teachers.

Keywords: physical education, teaching methodology, educational process, motor skills, physical qualities, physical education lesson, pedagogical technologies, instructional planning, assessment, professional competence.

3. Мета вивчення навчальної дисципліни

Метою вивчення навчальної дисципліни «**Методика викладання дисципліни "Фізичне виховання"**» є формування у здобувачів вищої освіти системи теоретичних знань, практичних умінь і професійних компетентностей, необхідних для ефективного планування, організації та проведення освітнього процесу з фізичного виховання у закладах освіти різних типів, використання сучасних методів, засобів і технологій навчання, виховання та розвитку здобувачів освіти засобами фізичної культури, а також підготовка майбутніх учителів фізичної культури до професійної педагогічної діяльності відповідно до вимог сучасної освіти.

4. Передумови для вивчення дисципліни

Вивчення навчальної дисципліни «**Методика викладання дисципліни "Фізичне виховання"**» ґрунтується на знаннях, уміннях і навичках, здобутих під час опанування освітніх компонент професійної підготовки, зокрема: «**Теорія і методика фізичного виховання**», «**Педагогіка**», «**Психологія**», «**Анатомія людини**», «**Фізіологія людини**», «**Біомеханіка**», «**Основи педагогічної майстерності**», «**Спортивні ігри**», «**Легка атлетика та методика навчання**», «**Гімнастика та методика навчання**» та інших дисциплін, що забезпечують формування професійної компетентності майбутнього вчителя фізичної культури.

4. Очікувані результати навчання

Інтегральна компетентність (ІК)	Здатність розв'язувати складні задачі або проблеми в галузі освіти, що передбачає здійснення інновацій та/або проведення педагогічних досліджень і характеризується невизначеністю умов..
Загальні компетентності (ЗК)	ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях
Фахові компетентності (ФК)	ФК1. Здатність до поглиблення знань і розуміння предметної області та професійної діяльності. ФК3. Здатність здійснювати моніторинг власної педагогічної діяльності і визначати потреби, перспективи та наявні ресурси для професійного розвитку впродовж життя. ФК4. Здатність до моделювання змісту навчання, формування в учнів ключових компетентностей та здійснення інтегрованого навчання.
Компетентності предметних спеціальностей (ПК)	ПК1. Здатність використовувати сучасні методи і технології навчання для формування у здобувачів освіти грамотності у фізичній культурі, розвитку рухових умінь, навичок і фізичних якостей. ПК2. Здатність організовувати освітній процес з фізичного виховання у навчальних закладах, позанавчальну роботу, реалізовувати спортивно-масову та рекреаційно-оздоровчу діяльність. ПК3. Здатність проєктувати навчальний процес з фізичної культури з урахуванням освітніх потреб здобувачів освіти, їх стану здоров'я, віку, статі, культурних та національних традицій та відповідно до сучасних освітніх тенденцій. ПК4. Здатність до здійснення об'єктивного оцінювання і аналізу результатів навчання з фізичної культури та модифікування

	навчальної діяльності з урахуванням здібностей та індивідуальних особливостей здобувачів освіти. ПК5. Здатність формувати у здобувачів освіти знання, уміння, навички та переконання, необхідні для реалізації здорового способу життя, підтримання належного рівня фізичної активності, будувати комунікацію з усіма учасниками освітнього процесу для створення здоров'язбережного і здоров'яформувального середовища. ПК6. Здатність організовувати освітній процес відповідно до вимог безпеки життєдіяльності і профілактики травматизму в межах функціональних обов'язків вчителя фізичної культури. ПК7. Здатність до розроблення та реалізації навчальних і наукових проєктів з фізичної культури, узагальнення отриманих результатів та впровадження їх в освітній процес.
7 - Програмні результати навчання	
Програмні результати навчання (РН)	РН 1. Демонструє вміння застосовувати знання з психології, педагогіки, фундаментальних і прикладних наук (відповідно до предметної спеціальності) у практичних ситуаціях здійснення освітньої діяльності, поглиблює знання з предметної області. РН 4. Формулює наявні проблеми у сфері освітньої діяльності, демонструє навички їх критичного аналізу, генерує нові ідеї, аргументує можливі шляхи їх вирішення та критично оцінює їх спроможність. РН 5. Описує методику розробки освітніх проєктів, пояснює зміст та призначення їх етапів, аналізує спроможність управління процесом їх впровадження, прогнозує очікувані результати. РН 8. Описує показники якості педагогічної діяльності, аналізує можливі впливи на них внутрішніх і зовнішніх чинників, визначає індивідуальні професійні потреби, шляхи покращення власної педагогічної майстерності, обирає ресурси для професійного розвитку впродовж життя. РН 9. Демонструє уміння класифікувати, упорядковувати і узагальнювати навчальний матеріал відповідно до умов навчального процесу, потреб формування ключових компетентностей та інтегрованого навчання. РН 11. Демонструє уміння забезпечувати конструктивну та безпечну взаємодію з учасниками освітнього процесу. РН 13. Демонструє здатність діяти автономно і в команді.
Програмні результати навчання для предметних спеціальностей (ПРН)	ПРН 1. Володіє сучасними методами і технологіями навчання для ефективного формування у здобувачів освіти грамотності у фізичній культурі, розвитку рухових умінь та навичок і фізичних якостей. ПРН 2. Демонструє уміння організовувати освітній процес з фізичного виховання у навчальних закладах, позанавчальну роботу, спортивно-масову та рекреаційно-оздоровчу діяльність для формування, збереження і зміцнення здоров'я. ПРН 3. Демонструє знання і уміння проєктування навчального процесу з фізичної культури, обирає форми і методи навчання з урахуванням освітніх потреб здобувачів освіти, їх стану здоров'я, віку, статі, культурних та національних традицій та відповідно до сучасних освітніх тенденцій.

	ПРН 4. Вміє проводити об'єктивне оцінювання і аналіз результатів навчання з фізичної культури та модифікувати навчальну діяльність з урахуванням здібностей та індивідуальних особливостей здобувачів освіти. ПРН 5. Демонструє уміння формувати у здобувачів освіти знання, уміння, навички та переконання, необхідні для реалізації здорового способу життя, підтримання належного рівня фізичної активності, володіє вміннями будувати комунікацію з усіма учасниками освітнього процесу для створення здоров'язбережного і здоров'яформувального середовища. ПРН 6. Знає та дотримується вимог безпеки життєдіяльності і профілактики травматизму в межах функціональних обов'язків вчителя фізичної культури. ПРН 7. Вміє розробляти та реалізовувати навчальні і наукові проєкти з фізичної культури, узагальнювати отримані результати та впроваджувати їх в освітній процес.
--	--

5. Програма навчальної дисципліни

МОДУЛЬ 1.

ЗМ1. Тема 1. Предмет і зміст теорії і методики фізичного виховання. Теорія і методика фізичного виховання як наукова та навчальна дисципліна Вихідні поняття теорії і методики фізичного виховання Джерела та етапи розвитку теорії і методики фізичного виховання Структура навчальної дисципліни "Теорія і методика фізичного виховання" Методи дослідження в теорії і методиці фізичного виховання.

Тема 2. Фізичне виховання як соціальне явище. Фактори, що обумовлюють виникнення та розвиток фізичного виховання Напрями функціонування фізичного виховання як соціального явища. Специфічні ознаки фізичного виховання. Система фізичного виховання.

Тема 3. Педагогічний процес у сфері фізичного виховання. Принципи та їх значення у сфері фізичного виховання. Специфічні особливості і структурні компоненти педагогічного процесу при формуванні фізичної культури людини Методичні принципи фізичного виховання. Принципи побудови занять у процесі фізичного виховання, Виховання особистісних якостей тих, хто займається фізичними вправами. Особистість викладача фізичного виховання, вимоги до його професійної майстерності.

Тема 4 . Засоби фізичного виховання. Поняття про засоби. Фізичні вправи – основний і специфічний засіб фізичного виховання Фактори, що визначають вплив фізичних вправ. Класифікація фізичних вправ. Зміст і форма фізичних вправ Поняття про техніку фізичних вправ та її характеристика Сили природи та гігієнічні фактори як засоби фізичного виховання.

ЗМ2. Тема5. Навантаження і відпочинок як взаємопов'язані компоненти виконання фізичних вправ. Загальна характеристика фізичного навантаження Регулювання зовнішньої сторони навантаження шляхом зміни його компонентів. Внутрішня сторона фізичного навантаження. Відпочинок між фізичними навантаженнями як фактор оптимізації тренувальних дій. Негативна дія надмірного фізичного навантаження на стан фізичної підготовленості та здоров'я.

Тема 6. Методи, що застосовуються у фізичному вихованні. Вихідні поняття: "метод", "методичний прийом", "методика", "методичний підхід", "методичний напрям" Сучасні уявлення про класифікацію методів. Загальні вимоги до їх вибору.

Тема 7. Основи теорії адаптації та закономірності її використання у фізичному вихованні. Види та стадії формування адаптаційних реакцій організму людини. Закономірності формування накопичувальної адаптації в процесі фізичного виховання.

Тема 8. Навчання рухових дій. Методологічні основи теорії навчання рухових дій. Педагогічні основи навчання рухових дій. Фізіологічні основи управління руховими діями. Предмет і завдання навчання у фізичному вихованні. Структура процесу навчання рухових дій.

ЗМЗ. Тема 9. Розвиток фізичних якостей. Загальна характеристика фізичних якостей. Основи методики розвитку силових якостей. Основи методики розвитку швидкості. Основи методики розвитку витривалості. Основи методики розвитку гнучкості. Основи методики розвитку координації. Методичні рекомендації до попередження травм у процесі фізичної підготовки. Контроль за розвитком фізичних якостей. Розвиток силових якостей і м'язової маси в культуризмі.

Тема 10. Форми організації занять. Загальна характеристика форм організації занять. Теоретичне обґрунтування структури занять у фізичному вихованні. Основні аспекти побудови занять у фізичному вихованні. Урочні форми організації занять у фізичному вихованні. Загальна характеристика занять позаурочного типу.

Тема 11. Планування, контроль і облік у процесі занять фізичними вправами. Поняття про планування, його види і зміст. Поняття контролю та обліку у процесі фізичного виховання.

Тема 12. Управління процесом фізичного виховання. Передумови до управління. Моделювання у фізичному вихованні. Прогнозування у фізичному вихованні. Контроль в управлінні фізичним вихованням. Програмування занять у фізичному вихованні. Корекція програм занять у процесі фізичного виховання. Ефективність системи фізичного виховання.

МОДУЛЬ 2

ЗМ4. Тема 13. Рухова активність та здоров'я дітей і підлітків. Соціальні та особистісні потреби школярів у руховій активності. Біологічна потреба організму в руховій активності, Норми рухової активності дітей і підлітків.

Тема 14. Фізичне виховання дітей дошкільного віку. Соціально- педагогічне значення фізичного виховання. Вікова періодизація дітей. Фактори, що впливають на стан здоров'я новонародженого. Особливості різних вікових періодів дошкільників. Новонароджений. Зміст і методика фізкультурно- оздоровчих занять з дітьми передшкільного віку. Зміст і методика фізкультурно- оздоровчих занять із дітьми дошкільного віку.

Тема 15. Фізична культура у системі загальної освіти дітей шкільного віку. Соціально- педагогічне значення фізичної культури дітей шкільного віку. Мета, завдання і спрямованість фізичного виховання дітей шкільного віку. Форми занять у системі фізичного виховання. Зміст та особливості викладання предмета "Фізична культура" у школі. Підготовка педагога до уроку. Контроль на уроках фізичної культури. Методика планування роботи з фізичного виховання у школі.

Тема 16. Основи фізичного виховання школярів із ослабленим здоров'ям. Спеціальні медичні групи. Критерії диференціації школярів за рівнем

здоров'я у процесі фізичного виховання. Завдання фізичного виховання дітей із ослабленим здоров'ям. Реалізація принципів фізичного виховання. Особливості засобів фізичного виховання ослаблених дітей. Особливості методики занять зі спеціальними медичними групами. Дозування фізичного навантаження.

ЗМ5. Тема 17. Основи фізичного виховання школярів з різними захворюваннями. Особливості методики фізичного виховання школярів, які часто хворіють на гострі респіраторні захворювання. Особливості методики фізичного виховання при функціональних порушеннях дихальної системи. Особливості методики фізичного виховання при функціональних порушеннях серцево-судинної системи. Особливості методики фізичного виховання при функціональних порушеннях нервової системи. Профілактика порушень постави та методи її виправлення в умовах школи. Профілактика плоскостопості. Профілактика порушення маси тіла. Профілактика порушення зору.

Тема 18. Фізичне виховання студентів. Значення, мета і завдання фізичного виховання студентів. Структура та особливості змісту діючої базової програми з фізичного виховання. Система оцінки знань, умінь і навичок студентів з дисципліни "Фізичне виховання". Основні напрями діяльності кафедри фізичного виховання, спортивного клубу та спортивно-оздоровчого центру. Специфічні особливості роботи викладача фізичного виховання ВНЗ.

Тема 19. Фізична підготовка у Збройних силах України. Зміст і структура фізичної підготовки у Збройних силах України Мета, загальні та спеціальні завдання фізичної підготовки військовослужбовців Форми фізичної підготовки військовослужбовців.

Тема 20. Фізичне виховання дорослого населення. Вікові особливості різних періодів життя дорослої людини. Фактори, що впливають на здоров'я дорослих людей. Зміст різних видів фізкультурно-оздоровчих занять. Варіанти індивідуальних програм фізкультурно-оздоровчих занять. Методика фізкультурно-оздоровчих занять. Методика загартовування.

ЗМ6. Тема 21. Раціональне харчування та медично-педагогічний контроль. Раціональне харчування як фактор здорового способу життя. Медично- педагогічний контроль на заняттях оздоровчої спрямованості з особами зрілого і похилого віку.

Тема 22. Адаптивне фізичне виховання. Основні поняття адаптивного фізичного виховання. Історія адаптивного фізичного виховання. Характеристика адаптивного фізичного виховання в Україні. Мета і завдання адаптивного фізичного виховання. Теорія адаптивного фізичного виховання. Основні принципи адаптивного фізичного виховання. Засоби адаптивного фізичного виховання. Методи адаптивного фізичного виховання. Матеріально- технічне забезпечення. Медично-педагогічний контроль в адаптивному фізичному вихованні. Методи контролю ефективності навчального процесу в адаптивному фізичному вихованні.

Тема 23. Профілактика травматизму в адаптивному фізичному вихованні. Форми адаптивного фізичного виховання. Викладач в адаптивному фізичному вихованні. Адаптивне фізичне виховання при глухоті. Адаптивне фізичне виховання при сліпоті. Адаптивне фізичне виховання при порушеннях опорно-рухового апарату. Адаптивне фізичне виховання при ураженнях спинного мозку. Адаптивне фізичне виховання при дитячому церебральному паралічі. Адаптивне фізичне виховання при відхиленні розумового розвитку. Адаптивне фізичне виховання у Будинку дитини.

Тема 24. Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні. Основні закономірності, що визначають формування фізкультурно- оздоровчих технологій. Класифікація фітнес-програм. Структура і зміст фітнес- програм. Фітнес-програми, засновані на видах рухової активності аеробної спрямованості. Фітнес-програми, засновані на оздоровчих видах гімнастики. Фітнес-програми, засновані на видах рухової активності силової спрямованості. Фітнес-програми, засновані на поєднанні оздоровчих видів гімнастики і занять силової спрямованості. Аквафітнес. Комп'ютерні фітнес-програми. Особливості професійної діяльності фахівців із оздоровчого фітнесу.

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
Модуль 1								
Тема 1. Предмет і зміст теорії і методики фізичного виховання.	7	2		5	8	2		6
Тема 2. Фізичне виховання як соціальне явище.	7	2		5	7		1	6
Тема 3. Педагогічний процес у сфері фізичного виховання	7		2	5	7		1	6
Тема 4. Засоби фізичного виховання.	9	2	2	5	8	2		6
Разом за змістовим модулем 1	30	6	4	20	30	4	2	24
Тема 5. Навантаження і відпочинок як взаємопов'язані компоненти виконання фізичних вправ.	7		2	5	7		1	6
Тема 6. Методи, що застосовуються у фізичному вихованні	9	2	2	5	9	1		8
Тема 7. Основи теорії адаптації та закономірності її використання у фізичному вихованні.	7		2	5	7		1	6
Тема 8. Навчання рухових дій.	7		2	5	7		1	6
Разом за змістовим модулем 2	30	2	8	20	30	1	3	26
Тема 9. Розвиток фізичних якостей	9	2	2	5	8			8
Тема 10. Форми організації занять	7	2		5	7	1		6
Тема 11. Планування, контроль і облік у процесі занять фізичними вправами.	8	2	1	5	7		1	6
Тема 12. Управління процесом фізичного виховання.	6	1		5	8			8
Разом за змістовим модулем 3	30	7	3	20	30	1	1	28
Разом Модуль 1	90	15	15	60	90	6	6	78
Модуль 2								
Тема 13. Рухова активність та здоров'я дітей і підлітків.	7	2		5	8	2		6
Тема 14. Фізичне виховання дітей дошкільного віку.	7	2		5	7		1	6
Тема 15. Фізична культура у системі загальної освіти дітей шкільного віку.	7		2	5	7		1	6
Тема 16. Основи фізичного виховання школярів із ослабленим здоров'ям. Спеціальні медичні групи.	9	2	2	5	8	2		6
Разом за змістовим модулем 4	30	6	4	20	30	4	2	24
Тема 17. Основи фізичного виховання школярів з різними захворюваннями.	7		2	5	7		1	6
Тема 18. Фізичне виховання студентів	9	2	2	5	9	1		8
Тема 19. Фізична підготовка у Збройних силах України	7		2	5	7		1	6

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 20. Фізичне виховання дорослого населення.	7		2	5	7		1	6
<i>Разом за змістовим модулем 5</i>	30	2	8	20	30	1	3	26
Тема 21. Раціональне харчування та медично-педагогічний контроль.	9	2	2	5	8			8
Тема 22. Адаптивне фізичне виховання	7	2		5	7	1		6
Тема 23. Профілактика травматизму в адаптивному фізичному вихованні.	8	2	1	5	7		1	6
Тема 24. Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні.	6	1		5	8			8
<i>Разом за змістовим модулем 6</i>	30	7	3	20	30	1	1	28
Разом Модуль 2	90	15	15	60	90	6	6	78
Разом за курсом	180	30	30	120	180	12	12	156

Розподіл годин лекцій

№ з/п	Назва теми	Кількість год.	
		ДФН	ЗФН
1.	Тема 1. Предмет і зміст теорії і методики фізичного виховання.	2	2
2.	Тема 2. Фізичне виховання як соціальне явище.	2	
3.	Тема 4. Засоби фізичного виховання.	2	2
4.	Тема 6. Методи, що застосовуються у фізичному вихованні	2	1
5.	Тема 9. Розвиток фізичних якостей	2	
6.	Тема 10. Форми організації занять	2	1
7.	Тема 11. Планування, контроль і облік у процесі занять фізичними вправами.	2	
8.	Тема 12. Управління процесом фізичного виховання.	1	
9.	Тема 13. Рухова активність та здоров'я дітей і підлітків.	2	2
10.	Тема 14. Фізичне виховання дітей дошкільного віку.	2	
11.	Тема 16. Основи фізичного виховання школярів із ослабленим здоров'ям. Спеціальні медичні групи.	2	2
12.	Тема 18. Фізичне виховання студентів	2	1
13.	Тема 21. Раціональне харчування та медично-педагогічний контроль.	2	
14.	Тема 22. Адаптивне фізичне виховання	2	1
15.	Тема 23. Профілактика травматизму в адаптивному фізичному вихованні.	2	
16.	Тема 24. Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні.	1	
	Разом	30	12

Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість год.	
		ДФН	ЗФН
1	Тема 2. Фізичне виховання як соціальне явище.		1
2.	Тема 3. Педагогічний процес у сфері фізичного виховання	2	1
3.	Тема 4. Засоби фізичного виховання.	2	
4.	Тема 5. Навантаження і відпочинок як взаємопов'язані компоненти виконання фізичних вправ.	2	1
5.	Тема 6. Методи, що застосовуються у фізичному вихованні	2	
6.	Тема 7. Основи теорії адаптації та закономірності її використання у фізичному вихованні.	2	1
7.	Тема 8. Навчання рухових дій.	2	1
8.	Тема 9. Розвиток фізичних якостей	2	
9.	Тема 10. Форми організації занять		
10.	Тема 11. Планування, контроль і облік у процесі занять фізичними вправами.	1	1
11.	Тема 14. Фізичне виховання дітей дошкільного віку.		1
12.	Тема 15. Фізична культура у системі загальної освіти дітей шкільного віку.	2	1

13.	Тема 16. Основи фізичного виховання школярів із ослабленим здоров'ям. Спеціальні медичні групи.	2	
14.	Тема 17. Основи фізичного виховання школярів з різними захворюваннями.	2	1
15.	Тема 18. Фізичне виховання студентів	2	
16.	Тема 19. Фізична підготовка у Збройних силах України	2	1
17.	Тема 20. Фізичне виховання дорослого населення.	2	1
18.	Тема 21. Раціональне харчування та медично-педагогічний контроль.	2	
19.	Тема 23. Профілактика травматизму в адаптивному фізичному вихованні.	1	1
	Разом	30	12

6. Методи навчання, засоби діагностики результатів навчання та методів їхнього демонстрування

Методи навчання:

1) на лекційних заняттях:

- лекція;
- пояснення;
- дискусія;
- диспут;
- ілюстрування;
- демонстрація;
- відеометод;
- майстер-клас

Засоби оцінювання та методи демонстрування результатів навчання:

- усні відповіді;
- письмові відповіді;
- проєктні (самостійні) роботи;
- контрольна робота;
- реферати.

Діагностичний розділ визначає диференційований та об'єктивний облік результатів навчальної діяльності студентів і включає в себе ряд підрозділів:

- а) контроль засвоєння теоретичних знань;
- б) контроль рівня та динаміки загальної фізичної підготовленості студентів (виконання контрольних тестів загально-фізичної підготовки на результат);
- в) контроль рівня та динаміки спеціальної фізичної підготовленості студентів (виконання контрольних вправ спеціально-фізичної підготовки на результат);
- г) контроль рівня засвоєння техніки цілісної вправи у фут залі та її складових частин;
- д) контроль рівня інтегральної підготовленості студента;
- е) контроль засвоєння професійних навичок (проведення на оцінку окремих загально-розвиваючих вправ, підготовчої частини, окремих задач та цілісного навчально-тренувального заняття з фут залу для різних вікових груп);
- ж) контроль засвоєння суддівських навичок (організація та проведення змагань, методика суддівства).

7. Форми поточного та підсумкового контролю

Форми поточного та підсумкового контролю. Комплексна діагностика знань, умінь і навичок студентів із дисципліни здійснюється на основі результатів проведення поточного й підсумкового контролю знань (КР). Поточне оцінювання (індивідуальне, групове і фронтальне опитування, самостійна робота, самоконтроль). Завданням поточного контролю є систематична перевірка розуміння й засвоєння програмового матеріалу, виконання практичних, лабораторних робіт, уміння самостійно опрацьовувати тексти, складання конспекту рекомендованої літератури, написання і захист реферату, здатності публічно чи письмово представляти певний матеріал.

Завданням підсумкового контролю (КР, іспит) є перевірка глибини засвоєння студентом програмового матеріалу модуля

Кількість балів у кінці семестру повинна складати від 200 до 400 (за 4 кредити), тобто сума балів за виконання усіх завдань.

8. Критерії оцінювання результатів навчання

Усні відповіді на заняттях	Критерії оцінювання
20-16	Відповідь правильна, повна, логічна, містить аналіз, систематизацію, узагальнення, містить аргументовані висновки з доречним ілюстративним матеріалом, може підкріплюватися коректними цитуваннями думок / поглядів учених.
15-11	Відповідь в цілому правильна, доволі повна, логічна; допущені несуттєві помилки та неточності у викладенні матеріалу.
10-5	Відповідь частково правильна, містить неточності, недостатньо обґрунтована з використанням неправильної / некоректної термінології.
4-3	Відповідь частково правильна, містить неточності, проте не містить жодних аргументів та ілюстративного матеріалу.
2-1	Студент не дає відповіді чи його відповідь містить значну кількість суттєвих помилок, не обґрунтована.
<i>Максимальна оцінка студента за цей компонент програми 300 балів (15 відповідей по 20 балів ДФН, 4 відповіді по 10 балів ЗФН).</i>	

Самостійна (проектна) робота	Критерії оцінювання
10-9	Студент правильно виконує завдання в установлений термін, презентує аналітику різних наукових джерел, підбирає доречний ілюстративний матеріал, здійснює коректні та доцільні цитування, а також грамотно проводить експеримент і на високому рівні здійснює обробку його результатів.
8-7	Студент правильно виконує завдання в установлений термін, презентує аналітику різних наукових джерел, допускається незначних помилок у добірці ілюстративного матеріалу, здійснює коректні та доцільні цитування, в експериментальних роботах містяться незначні недоліки в обробці їхніх результатів.
6-5	Студент виконує роботу з порушенням встановленого часу для цього виду роботи; дає в цілому правильну відповідь, але поверхнево чи з певними неточностями, подає недоцільні цитування та недоречні ілюстрації, а також виконує експериментальні роботи не на різноманітних мовленнєвих матеріалах та з недостатньою кількістю респондентів.
4-3	Студент виконує роботу з порушенням встановленого часу для цього виду роботи; дає в цілому правильну відповідь, але не презентує аналітику різних наукових джерел, не підбирає доречний ілюстративний матеріал, не наводить коректні та доцільні цитування, проводить експерименти, проте не презентує обробку його результатів та не демонструє вміння робити висновки.
2-1	Студент виконує роботу з методичної допомоги викладача на кожному етапі проведення експериментів.
0	Студент не виконує роботи.
<i>Максимальна оцінка студента за цей компонент програми 50 балів (5 робіт по 10 балів ДФН, 3ФН).</i>	

Реферат	Критерії оцінювання
10	Реферат має обсяг 15 або більше друкованих (рукописних) сторінок; проблема, яка в ньому розглядається, викладена повно, послідовно, логічно; список використаної наукової літератури нараховує 5-6 джерел, відповідає сучасним правилам оформлення бібліографії.
7	Реферат має обсяг 10 сторінок; тема реферату викладена досить повно, але є певні недоліки у логіці викладу; бібліографічний список нараховує 4-5 джерел, відповідає сучасним правилам, але містить певні помилки.
5	Обсяг реферату є недостатнім для викладення обраної проблеми, і тому проблема розглядається поверхово; у бібліографічному списку менше чотирьох наукових джерел і є помилки.
0	Тема реферату нерозкрита, у бібліографічному списку менше 2 наукових джерел, і він подається не за сучасними правилами.
	<i>Максимальна оцінка студента за цей компонент програми 15 балів (1 реферат по 15 балів ДФН, ЗФН).</i>

Контрольна робота	Критерії оцінювання
ДФН 30 ЗФН 30	Робота виконана без змістових помилок (завдання I, II та III рівнів складності), містить точні відповіді на питання теоретичного характеру, правильно ідентифікує технологію і правильно виявляє брехню в тексті. Бал знижується в разі наявності орфографічних та пунктуаційних помилок.
ДФН 20-15 ЗФН 20-15	Робота представлена з повними та правильними відповідями всіх рівнів складності, студент правильно ідентифікує технологію профайлінгу і правильно структурує хід виявлення брехні в тексті, проте допускається помилок шляхом упущення кількох відповідних маркерів. Бал знижується в разі наявності орфографічних і пунктуаційних помилок.
ДФН 14-10 ЗФН 14-10	Робота виконана з огріхами в описі технології профайлінгу, проте безпомилково виконано завдання I та II рівнів складності. В такій роботі завдання щодо детекції брехні в тексті виконано неправильно. Бал знижується в разі наявності орфографічних і пунктуаційних помилок.
ДФН 9-3 ЗФН 9-3	Робота виконана з неточностями у формулюванні дефініцій термінів (II рівень складності) та значними огріхами в описі технології профайлінгу (III рівень складності). Завдання щодо детекції брехні в тексті виконано неправильно або не виконано взагалі. Бал знижується в разі наявності орфографічних і пунктуаційних помилок.
ДФН 3-1 ЗФН 3-1	Робота містить значну кількість помилок у завданнях усіх рівнів складності або незначну кількість помилок у завданнях I та II рівнів складності та відсутності виконання завдань III рівня. Бал знижується в разі наявності орфографічних і пунктуаційних помилок.
0	Робота не виконувалася.
	<i>Максимальна оцінка студента за цей компонент програми 30 балів (для ДФН, 30 балів для ЗФН)</i>

Форма контролю	Максимальна кількість балів	
	Денна форма	Заочна форма
Практичні заняття	10х10 балів = 100 балів	10х10 балів = 100 балів
Лабораторні заняття	5 х 20 балів=100 балів	5 х 20 балів=100 балів
Поточне тестування	1 х10 балів = 10 балів	1 х10 бали = 10 балів
Самостійна (проектна) робота	5х10 балів = 50 балів	5х10 бали = 50 балів
Контрольна (письмова) робота	1х40 балів= 40 балів	1х40 бали = 40 балів
Всього	300 (3 кредитів)	300 (3 кредитів)

Переведення балів за кредити в 100-бальну систему	
500 б	100 б
475 б	95 б
450 б	90 б
425 б	85 б
400 б	80 б
375 б	75 б
350 б	70 б
325 б	65 б
300 б	60 б
275 б	55 б
250 б	50 б

9. Засоби навчання

- Програмне забезпечення (для підтримки дистанційного навчання)
- Наочним матеріалом для лекційних занять послужать передусім мультимедійні засоби (комп'ютерні презентації); відеоматеріали, бібліотечний фонд Університету та електронні репозитарії світу.
- На практичних заняттях спортивний інвентар
- Під час виконання завдань самостійної роботи доцільним стане використання бібліотечного фонду та енциклопедій, словників, довідників.

10. Рекомендовані джерела інформації

Основна література

1. Теорія і методика фізичного виховання : підручник для студентів закладів вищої освіти. Київ : Олімпійська література, 2021. Т. 1–2.
2. Теорія і методика фізичного виховання : навчальний посібник. Київ : Олімпійська література, 2020.
3. Фізичне виховання : навчальний посібник. Київ : Центр учбової літератури, 2022.
4. Основи теорії та методики фізичного виховання : навчальний посібник. Київ : Олімпійська література, 2021.
5. Сучасні технології фізичного виховання : навчальний посібник. Київ : Видавець, 2023.
6. Теорія і методика викладання фізичного виховання : навчальний посібник. Київ : Олімпійська література, 2021.

Допоміжна література

1. Рухова активність і здоров'я людини. Київ : Олімпійська література, 2020.
2. Педагогіка фізичного виховання і спорту. Київ : Центр учбової літератури, 2021.
3. Інноваційні технології у фізичному вихованні. Львів : ЛДУФК, 2022.

Інтернет-ресурси

1. [Міністерство освіти і науки України](#)
2. [Міністерство молоді та спорту України](#)
3. [Національна бібліотека України імені В. І. Вернадського](#)
4. [Google Scholar](#)
5. [Наукова періодика України](#)
6. [ResearchGate](#)
7. [ORCID](#)
8. [Європейська мережа фізичного виховання EUPEA](#)
9. [Всесвітня організація охорони здоров'я \(WHO\) – Physical Activity](#)
10. [Міжнародна рада спортивної науки та фізичного виховання \(ICSSPE\)](#)