



## СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

# «ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ»

Ступінь вищої освіти	Бакалавр
Освітньо-професійна програма	Фізична культура і спорт
Факультет	Здоров'я фізичної культури і спорту
Кафедра	ТМФВ та АФК
Семестр	III
Кількість кредитів	5
Мова викладання	українська

Викладач	к.н з фіз. вих. та сп., доц. Романова Вікторія Іванівна
Контактна інформація	romanova250570@ukr.net

### ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ ПРО ДИСЦИПЛІНУ

Анотація	Навчальна дисципліна «Теорія і методика фізичного виховання» орієнтована на формування у майбутніх вчителів фізичної культури та тренерів професійно-педагогічної спрямованості на майбутню фахову діяльність у фізичному вихованні.
Мета та цілі	<p><b>Метою дисципліни</b> «Теорія і методика фізичного виховання» є формування у здобувачів вищої освіти у сфері фізичної культури і спорту, розуміння глибоких теоретичних знань і умінь з основ фізичного виховання, необхідних для успішної практичної діяльності з різними віковими і соціальними верствами населення, раціональної організації їх вільного часу, впровадження здорового способу життя тощо.</p> <p>Метою вивчення навчальної дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» є формування системи знань про загальні закономірності, принципи, засоби, методи та форми організації фізичного виховання; зміст методики фізичного виховання, набуття вмінь і навичок самостійної роботи щодо засвоєння навчального матеріалу про теорію і методику фізичного виховання</p> <p>Основними <b>завданнями</b> вивчення дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» є забезпечення теоретичної і практичної підготовки здобувачів вищої освіти до професійної діяльності, а також сприяння формуванню творчого світогляду, вихованню педагогічного мислення та набуттю системи теоретичних та практичних спеціальних знань.</p> <p>Після опанування основних положень дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» студенти повинні <b>знати</b>: базові поняття фізичного виховання; завдання та основи соціальної практики національної системи фізичного виховання; закономірності і особливості прояву методичних принципів навчання та шляхи їх реалізації в процесі фізичного виховання; засоби і методи фізичного виховання, особливості основних організаційних форми фізичного виховання, основи фізичного виховання різних груп населення та різних напрямків фізичного виховання тощо.</p> <p>уміти творчо використовувати отримані знання з теорії і методики фізичного виховання і та інтегрувати знання, отримані в суміжних курсах і окремих методиках при вирішенні педагогічних, навчально-виховних, науково-методичних завдань, сприяти активізації пізнавальної діяльності здобувачів вищої освіти, формувати</p>

	вміння самостійно поповнювати знання, здійснювати науково-дослідну роботу, орієнтуватись в спеціальній науково-педагогічній літературі згідно профілю підготовки.
<b>Результати навчання</b>	Здійснювати аналіз суспільних процесів у сфері фізичної культури і спорту, демонструвати власне бачення шляхів розв'язання існуючих проблем. Уміти обробляти дані з використанням сучасних інформаційних та комунікаційних технологій. Здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами. Знати та розуміти сутність, принципи, методи, форми та організацію процесу навчання і виховання людини. Аналізувати психічні процеси, стани та властивості людини під час занять фізичною культурою і спортом. Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.
<b>Soft skills:</b>	Під час вивчення дисципліни студент отримує можливість формувати та розвивати soft skills - соціально-психологічні аспекти професійної компетентності: здатність аналізувати та оцінювати, інтерпретувати; здатність логічно мислити, креативно діяти; планувати та управляти часом, презентувати себе і свою позицію; діяти відповідально.
<b>Пререквізити</b>	<i>Здобувач вищої освіти повинен знати такі попередні курси:</i> «Історія ФК», «Психологія» «Педагогіка», «Вступ до спеціальності».

### СТРУКТУРА ДИСЦИПЛІНИ

Тема	План, короткі тези	Завдання	К-ть балів
<b>Змістовий модуль 1. Загальні основи теорії фізичної культури та фізичного виховання.</b>			
<b>Тема 1. Предмет та зміст теоретико-методичних основ фізичної культури та фізичного виховання.</b>	ТМОФВ в ЗОШ - це профілююча наукова та навчальна дисципліна формуюча систему фундаментальних знань, які визначають професійну діяльність у сфері фізичного виховання.	Експрес опитування, виконання тестових завдань, кейс-стаді, презентація доповідей.	3
<b>Тема 2. Система фізичного виховання в Україні.</b>	Система фізичного виховання - це історично визначений тип соціальної практики фізичного виховання, це сукупність ідеологічних, науково-методичних та програмно-нормативних основ фізичного виховання, а також організацій та установ, які здійснюють і контролюють фізичне виховання громадян, а також залежать від умов конкретної суспільної формації.	Експрес опитування, виконання тестових завдань, аналіз педагогічних ситуацій, обговорення презентацій.	3
<b>Тема 3. Завдання ФВ. Методичні принципи навчання та шляхи їх реалізації у процесі фізичного виховання</b>	Визначення поняття "Принципи навчання". Практичне значення методичних принципів Знання принципів та їх практична реалізація роблять процес фізичного виховання особистості більш ефективним. У літературі з педагогіки та фізичного виховання принципи називають по-різному. Однак, аналіз цих принципів показує, що під різними назвами розуміють одну і ту ж сутність.	Експрес опитування, виконання тестових завдань, аналіз нормативних документів.	3

<b>Тема 4. Методи фізичного виховання.</b>	Базові поняття: «метод», «методика», «методичний прийом». Класифікація методів фізичного виховання. Методи організації діяльності й способи виконання фізичних вправ на заняттях. Методи суворо регламентованої вправи. Ігровий і змагальний методи. Комбіновані методи вправи. Методи фізичного виховання.	Експрес опитування, виконання тестових завдань, кейс-стаді, презентація доповідей.	3
<b>Тема 5. Засоби фізичного виховання.</b>	Успішне розв'язання завдань фізичного виховання залежить від правильного поєднання, використання таких засобів, як фізичні вправи, що застосовуються у гімнастиці, спорті, іграх та туризмі; природні фактори (повітря, сонце, вода); гігієнічні умови праці і побуту.	Експрес опитування, виконання тестових завдань, аналіз нормативних документів.	3
<b>Тема 6. Структура процесу навчання рухових дій.</b>	Загалом навчання – це процес формування готовності до певної діяльності на ґрунті набутого індивідуального досвіду. За способом набуття нового досвіду розрізняють: навчання шляхом наслідування; навчання шляхом проб і помилок; навчання, організоване іншою особою; програмоване навчання; навчання з використанням навчальних машин.	Опрацьовування теоретичного матеріалу; виконання індивідуальної роботи	3
<b>Тема 7. Теоретико-практичні основи розвитку фізичних якостей.</b>	Руховими, або фізичними, якостями традиційно називають окремі грані рухових можливостей людини, які забезпечують виконання фізичної вправи з необхідною силою, швидкістю, витривалістю, спритністю й гнучкістю.	Опрацьовування теоретичного матеріалу; виконання практичних робіт з теми; презентація однієї фізичної якості	3
<b>Тема 8. Основи методики розвитку та вдосконалення швидкісних здібностей людини.</b>	Швидкісними здібностями називають можливості людини, що забезпечують їй виконання рухових дій упродовж мінімального для певних умов проміжку часу. Розрізняють елементарні та комплексні форми вияву швидкісних здібностей. До елементарних форм належать швидкість реакції, швидкість одинарного руху, частота (темп) руху.	Експрес опитування, виконання тестових завдань, кейс-стаді, презентація доповідей.	3
<b>Тема 9. Основи методики розвитку вдосконалення сили.</b>	Сила характеризується взаємодією двох тіл (спортсмена та приладу) та безперервною змінністю в часі. З огляду на це для оцінювання сили, потрібної для виконання різних рухів, необхідно оцінювати або максимальну силу руху, або силу за певний проміжок часу. М'язову силу можна реєструвати і без приладів, і за допомогою спеціальної апаратури.	Експрес опитування, виконання тестових завдань, кейс-стаді, презентація доповідей.	3
<b>Тема 10. Основи методики розвитку та вдосконалення витривалості.</b>	Витривалість – це здатність виконувати роботу заданої інтенсивності впродовж тривалого відрізка часу. Оскільки тривалість роботи обмежує стомлення, що настає в будь-якому разі, то витривалість можна схарактеризувати як здатність організму протистояти стомленню.		
<b>Тема 11. Основи методики розвитку та вдосконалення</b>	Спеціальні вправи для розвитку гнучкості вводять й у підготовчу частину заняття, й у ранкову зарядку з огляду на те, що саме таке двократне тренування є найбільш результативним. Оптимальний вік для розвитку гнучкості –	Опрацьовування теоретичного матеріалу;	3

<b>гнучкості як фізичної якості людини.</b>	дитячий і юнацький: гнучкість, набуту в цей час, нескладно підтримувати впродовж усього періоду занять спортом.	виконання індивідуальної роботи	
<b>Тема 12. Основи методики розвитку та вдосконалення спритності та координаційних якостей людини.</b>	Для характеристики координаційних можливостей людини при виконанні якої-небудь рухової діяльності у вітчизняній теорії й методиці фізичної культури довгий час застосовувався термін «спритність». Починаючи із середини 70-х рр. для їхнього позначення всі частіше використовують термін «координаційні здатності», Ці поняття близькі за змістом, але не тотожні по змісту.	Опрацьовування теоретичного матеріалу; виконання індивідуальної роботи	3
<b>Змістовий модуль 2. Методика навчання фізичного виховання в ЗОШ. Урочні та позаурочні форми занять.</b>			
<b>Тема 13. Шкільний урок фізичного виховання, як основна форма занять.</b>	На ґрунті цієї періодизації в організації занять із фізичного виховання передбачено найрізноманітніші його форми (урочні та неурочні), які є взаємо доповнюваними й такими, що уможливають реалізацію різноаспектного та багатогранного впливу: елементи навчання та активного відпочинку відображено в них у різних пропорціях і забезпечено за різного ступеня педагогічного керівництва.	Опрацьовування теоретичного матеріалу; виконання індивідуальної роботи	3
<b>Тема 14. Позакласна та позашкільна форма занять.</b>	Характеристика позакласних та позашкільних форм занять. Заняття фізичного виховання у межах розширення активного відпочинку. Завдання. Підтримання здоров'я, працездатності, оптимальної життєдіяльності. Інколи. Досягнення тренувального. Завдання - підтримання нормального фізичного стану, працездатності, гарного настрою. "Рухова перерва", "Дні здоров'я", туристичні походи.	Опрацьовування теоретичного матеріалу; виконання індивідуальної роботи	3
<b>Тема 15. Умови підвищення ефективності фізичного виховання школярів.</b>	Усвідомлення – це перша та визначальна умова активності. Зважаючи на те, що добре усвідомлення мети, чітке розуміння способів її досягнення визначає поведінку і дії людини, завдання вчителя полягає в умілому, з урахуванням віку, розумового та фізичного розвитку дітей, поясненні їм основ знань, призначення рухової дії, техніки, способів оволодіння цією дією, впливу фізичних вправ на організм.	Експрес опитування, виконання тестових завдань, кейс-стаді, презентація доповідей.	3
<b>Тема 16. Форми та методи організації занять. Планування та контроль у процесі ФВ.</b>	Планування у фізичному вихованні. Прогнозування у фізичному вихованні. Контроль у фізичному вихованні.	Експрес опитування, виконання тестових завдань, кейс-стаді, презентація доповідей.	3
<b>Тема 17. Особливості фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку.</b>	Мета: дослідити анатом-фізіологічні особливості дітей молодого шкільного віку Завдання: Анатомо-фізіологічні особливості розвитку дітей молодшого шкільного віку а) загальна характеристика; б) особливості росту опорно-рухового апарату; в) особливості крові; г) особливості серцево-судинної системи; д) особливості дихальної системи; е) особливості травної системи; є) особливості обміну речовин; й) особливості шкіри; і) особливості сечовидільної системи; к) особливості ендокринної системи; л) особливості нервової системи.	Опрацьовування теоретичного матеріалу; виконання індивідуальної роботи	3

<b>Тема 18.</b> <b>Особливості фізичного виховання дітей середнього та старшого шкільного віку</b>	Мета: дослідити та проаналізувати анатомо-фізіологічні особливості учнів шкільного віку. Завдання: Анатомо-фізіологічні особливості учнів середнього шкільного. Анатомо-фізіологічні особливості учнів старшого шкільного. Завдання фізичного виховання учнів середнього шкільного віку. Завдання фізичного виховання учнів старшого шкільного віку. Контрольні якісні показники рівня фізичної культури учнів середнього шкільного віку. Контрольні якісні показники рівня фізичної культури учнів старшого шкільного віку.	Експрес опитування, виконання тестових завдань, кейс-стаді, презентація доповідей.	3
<b>Тема 19.</b> <b>Характеристика навантажень під час занять фізичними вправами</b>	Загальна характеристика фізичного навантаження. Класифікація фізичних навантажень. Внутрішні та зовнішні сторони фізичних навантажень. Основи теорії адаптації та закономірності її застосування у фізичному вихованні.	Експрес опитування, виконання тестових завдань, кейс-стаді, презентація доповідей.	3
<b>Тема 20.</b> <b>Особливості проведення занять з використанням засобів оздоровчої фізичної культури у дітей з ослабленим здоров'ям.</b>	Заняття фізичними вправами для підвищення функціональних можливостей організму й поліпшення фізичної підготовленості учнів, зарахованих до спеціальної медичної групи, на фоні дотримання гігієнічних норм щодо сталого ритму життя та раціонального харчування є важливою умовою їхнього загального оздоровлення та передумовою переведення їх до підготовчої медичної групи.	Опрацьовування теоретичного матеріалу; виконання індивідуальної роботи	3

### ЛІТЕРАТУРА ТА НАВЧАЛЬНІ МАТЕРІАЛИ

#### Базова

1. Бенедь В. П. Рухова активність людини : навч.-метод. посібник / В. П. Бенедь. – Луцьк : ПП Іванюк В.П., 2015. – 44 с.
2. Бенедь В. П. Фізичне виховання дітей молодшого шкільного віку спеціальної медичної групи : навч.-метод. посібник для студ. вищ. навч. закладів / В. П. Бенедь ; МОН України. – Луцьк : Надстир'я, 1998. – 120 с.
3. Бичук О. І. Фізкультурно-оздоровча робота у школі : навч. посібник для студ. вищ. навч. закладів / О. І. Бичук ; М-во освіти України. – Луцьк : Надстир'я, 1997. – 144 с.
4. Бузюк О. І. Практикум з фізичної культури : навч. посібник для студ. вищ. навч. закладів / О. І. Бузюк, В. І. Завацький, Л. А. Завацька ; МОН України. – Луцьк : Надстир'я, 1997. – 216 с.
5. Витоки здоров'я дитини : навч.-метод. посібник / авт. : Н. Ф. Денисенко, Л. В. Лиходід, С. В. Лупінович, А. Ф. Михайліченко. – Тернопіль : Мандрівець, 2010. – 160 с. - (Фізичний розвиток).
6. Глазирін І. Д. Фізичне виховання : теоретичний курс : навч. посібник / І. Д. Глазирін, Я. І. Олексієнко, Ю. В. Петришин ; МОН України. Черкас. нац. ун-т ім. Б. Хмельницького. – Черкаси, 2017. – 248 с.
7. Дубинська О. Я. Курс лекцій з теорії фізичної культури, фізичне виховання різних груп населення : навч.-метод. посібник для студ. спец. 8.01020101 – Фізичне виховання / О. Я. Дубинська ; МОН України. Сумський держ. пед. ун-т ім. А. С. Макаренка. – Суми, 2014. – 248 с.
8. Завацький В. І. Основи анатомії і фізіології людини : навч. посібник для студ. вищ. навч. закладів / В. І. Завацький, Н. М. Форняк ; М-во освіти і науки України. - Рівне : Тетіс, 2006. – 500 с.
9. Засоби і методи розвитку рухових якостей людини : навч. посібник для студентів / уклад. : І. І. Вржесневський, Н. І. Турчина, Е. Г. Черняєв ; МОН України. Нац. авіац. ун-т. – К., 2008. – 58 с.
10. Казанжи І. В. Теорія і методика виховної роботи в школі I ступеня : навч. посібник для студ. вищ. навч. закладів / І. В. Казанжи. - К. : ВД «Слово», 2014. – 296 с.
11. Каплінський В. Основи виховної діяльності вчителя фізичної культури : навч. посібник / В. Каплінський, І. Асаулюк ; Вінницьк. держ. пед. ун-т ім. М. Коцюбинського. – Вінниця, 2014. – 292 с.

12. Костюкевич В. М. Метрологічний контроль у фізичному вихованні та спорті : навч. посібник / В. М. Костюкевич, Л. М. Шевчик, О. Г. Сокольвак ; Вінниц. держ. пед. ун-т ім. М. Коцюбинського. – 2-е вид., перероб. та доп. – К., 2017. – 256 с.
13. Критерії оцінювання навчальних досягнень учнів 5-10 класів з порушеннями інтелектуального розвитку : навч. посібник / авт. : О. В. Чеботарьова, Г. О. Блеч, І. В. Гладенко та ін. ; МОН України. ІМЗО. Ін-т спец. педагогіки і психології ім. М. Ярмаченка НАПН України ; за ред. О. В. Чеботарьової. – К., 2019. – 120 с.
14. Круцевич Т. Ю. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення : навч. посібник для студ. вищ. навч. закладів / Т. Ю. Круцевич, Г. В. Безверхня. – К. : Олімпійська література, 2010. – 248 с.
15. Круцевич Т. Б. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді : навч. посібник для студ. вищ. навч. закладів / Т. Ю. Круцевич, М. І. Воробйов, Г. В. Безверхня. – К. : Олімпійська література, 2011. – 224 с.
16. Куц О. С. Інтенсифікація формування знань з теорії і методики фізичного виховання учнівської молоді : навч. посібник для фахівців фіз. виховання вищ. навч. закладів / О. С. Куц, В. І. Романова ; МОН України. ПВНЗ «МЕГУ ім. акад. С. Дем'янчука». – Рівне : О. Зень, 2017. – 382 с.
17. Методика проведення фізичної культури в спеціальних медичних групах : навч.-метод. посібник / уклад. : О. Д. Гауряк, Л. Г. Доцюк ; МОН України. Чернів. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича. – Чернівці, 2021. – 156 с.
18. Методика фізичного виховання учнів 1 – 11 класів : навч. посібник / авт. кол. : М. Д. Зубалій, Л. В. Волков, С. І. Жевага та ін. ; Нац. акад. пед. анук. Ін-т проблем виховання ; за ред. М. Д. Зубалія. – К., 2012. – 373 с.
19. Михайлова Н. Є. Лікувальна фізична культура і лікарський контроль : навч. посібник / Н. Є. Михайлова. – Рівне, 2011. – 232 с.
20. Морозинський В. Й. Методика викладання гімнастики і оздоровчої роботи : навч. посібник для студ. вищ. навч. закладів / В. Й. Морозинський ; РЕГІ. – Рівне, 2006. – 315 с.
21. «Нова українська школа» : методика навчання фізичної культури у 1-4 класах закладів загальної середньої освіти : навч.-метод. посібник для пед. працівників / авт. кол. : А. А. Боляк, Г. А. Коломоець, А. А. Ребрина, Н. М. Боляк. – К. : ВД «Освіта», 2021. – 160 с.
22. Онопрієнко О. В. Теорія і методика розвитку рухових якостей школярів : навч.-метод. посібник для студ. вищ. навч. закладів / О. В. Онопрієнко ; МОН України. Ін-т пед. і психолог. проф. освіти АПН України. Черкаський нац. ун-т ім. Б. Хмельницького. – Чернівці, 2008. – 92 с.
23. Пангелова Н. Є. Теоретико-методичні основи оздоровчої фізичної культури : навч. посібник / Н. Є. Пангелова, Т. Ю. Круцевич, В. М. Данилко ; Переяслав-Хмельницький пед. ун-т ім. Г. Сковороди. – Переяслав-Хмельницький, 2017. – 503 с.
24. Присяжнюк С. І. Фізичне виховання : навч. посібник / С. І. Присяжнюк ; МОН України. Нац. аграр. ун-т. - К. : ЦУЛ, 2008. – 504 с.
25. Розвиток витривалості і сили : метод. посібник / уклад. : В. Д. Гогазь, О. О. Остапова, А. В. Остапов ; Полтав. нац. пед. ун-т ім. В. Короленка, Каф. фіз. культури та здоров'я. – Полтава, 2010. – 36 с.
26. Романова В. І. Загальна характеристика видів легкої атлетики (теорія і методика навчання, правила змагань) : навч. - метод. посібник для студ. ф-тів фіз. виховання / В. І. Романова ; ПВНЗ «МЕГУ ім. акад. С. Дем'янчука». - Рівне, 2011. – 92 с.
27. Романова В. І. Методика підвищення фізичної підготовленості студенток вищих навчальних закладів на основі різних режимів рухової активності / В. І. Романова, В. А. Леонова ; ПВНЗ «МЕГУ ім. акад. С. Дем'янчука». – Рівне, 2010. – 176 с.
28. Сергієнко Л. П. Практикум з теорії і методики фізичного виховання : навч. посібник для студ. вищ. навч. закладів фіз. виховання і спорту / Л. П. Сергієнко. – Харків : ОВС, 2007. – 271 с.
29. Сергієнко Л. П. Тестування рухових здібностей школярів : навч. посібник для студ. вищ. навч. закладів / Л. П. Сергієнко. - К. : Олімпійська література, 2001. – 438 с.
30. Теорія і методика фізичного виховання : у 2 т. Т. 1 : Загальні основи теорії і методики фізичного виховання : підручник для студ. вищ. навч. закладів фіз. вих. і спорту / за ред. Т. Ю. Круцевич. – К. : Олімпійська література, 2012. – 198 с.
31. Теорія і методика фізичного виховання : у 2 т. Т. 2 : Методика фізичного виховання різних груп населення : підручник для студ. вищ. навч. закладів фіз. вих. і спорту / за ред. Т. Ю. Круцевич. – К. : Олімпійська література, 2012. – 186 с.
32. Тулайдан В. Г. Практикум з теорії і методики фізичного виховання : навч.-метод. посібник / В. Г. Тулайдан, Ю. Т. Тулайдан ; МОН України. Ужгород. нац. ун-т, Загальноуніверситет. кафедра фізичного виховання. – Львів : Фест-Прінт, 2017. – 180 с.
33. Фролова Л. С. Організація та методика підготовчої частини уроку з спортивних ігор : навч.-метод. посібник / Л. С. Фролова ; Черкас. нац. ун-т ім. Б. Хмельницького. – Черкаси, 2015. – 121 с.
34. Христова Т. Є. Тестування рухових здібностей школярів : Курс лекцій для студ. вищ. навч. закладів спец. «Фізична культура» / Т. Є. Христова ; Мелітополь. держ. пед. ун-т ім. Б. Хмельницького. – Мелітополь, 2017. – 49 с.

- 35.Худолій О. М. Загальні основи теорії та методики фізичного виховання : підручник для студ. вищ. навч. закладів фіз. виховання і спорту : у 2 т. Т. 1 : Загальні основи теорії і методики фізичного виховання / О. М. Худолій ; за ред. Т. Ю. Круцевич. – Харків : Освіта. Виховання. Спорт, 2007. – 406 с.
- 36.Ціпов'яз А. Т. Організація і управління фізичною культурою і спортом : навч. посібник / А. Т. Ціпов'яз, В. В. Бондаренко ; Кременчуцький пед. коледж. – Кременчук, 2019. – 128 с.
- 37.Цьось А. В. Сучасні технології викладання спортивних дисциплін : навч. посібник / А. В. Цьось, Г. В. Балахнічова, Л. В. Заремба ; ВНУ ім. Л. Українки. – Луцьк, 2010. – 132 с.
- 38.Черненко С. О. Теорія і методика фізичного виховання : навч. посібник : у 2 ч. Ч. 1. / С. О. Черненко ; МОН України. Донбаська держ. машинобудівна академія. – Краматорськ : ДДМА, 2021. – 216 с. Шиян О. І. Здорова школа : аспекти духовного здоров'я : навч. посібник для студ. вищ. навч. закладів / О. І. Шиян, Л. Г. Кудрик. – Львів : Кольорове небо, 2011. – 92 с.
- 39.Шиян О. І. Здорова школа: рухова активність : навч. посібник для студ. вищ. навч. закладів / О. І. Шиян, Н. С. Сороколіт, І. Х. Турчик.-Львів : Кольорове небо, 2013. - 84 с.
- 40.Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : підручник для студ. вищ. навч. закладів фізич. виховання і спорту: у 2 ч. Ч. 1 / Б. М. Шиян. – Тернопіль : Навчальна книга-Богдан, 2012. – 272 с.
- 41.Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : підручник для студ. вищ. навч. закладів фізич. виховання і спорту: у 2 ч. Ч. 2 / Б. М. Шиян. – Тернопіль : Навчальна книга-Богдан, 2010. – 248 с.
- 42.Школа сприяння здоров'ю: Організація фізичного виховання учнів : навч. посібник для студ. вищ. навч. закладів /за ред. : Р. З. Поташнюк, О. А. Мишковця, Ю. Й. Волинця. – Луцьк : Надстир'я, 2012. – 292 с.

#### **НАВЧАЛЬНІ ПРОГРАМИ**

- 43.Фізична культура. Програма для спеціальних медичних груп загальноосвітніх навчальних закладів I ступеня. 1 – 4 класи / уклад. В. І. Майєр ; МОН України. – К., 2005. – 37 с.
- 44.Модульна навчальна програма «Фізична культура. 5 – 6 класи» для закладів загальної середньої освіти (оновлена за програмою Нової Української Школи) / авт. : О. С. Педан, Г. А. Коломоєць, А. А. Боляк та ін. – К., 2022. – 291 с.
- 45.Навчальна програма з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів. 5 – 9 класи / робоча група : Т. Ю. Круцевич, Л. А. Галенко, В. В. Деревянко та ін. ; МОН України. – К., 2017. – 415 с.
- 46.Фізична культура. Програма для спеціальної медичної групи. 5 – 9 класи / підгот. : В. І. Майєр, В. В. Деревянко. – К., 2008. – 65 с.
- 47.Фізична культура. 6 - 9 класи : Навчальна програма для закладів загальної середньої освіти (відповідно до наказу № 698 МОН України від 03.08.2022 р.) / робоча група : Т. Ю. Круцевич, Л. А. Галенко, В. В. Деревянко та ін. – К., 2022. – 425 с.
- 48.Фізична культура. 10 – 11 класи. Рівень стандарту : Навчальна програма для закладів загальної середньої освіти (відповідно до наказу № 521 МОН України від 03.08.2022 р.) / робоча група : А. Боляк, Р. Гладковський, М. Глоба та ін. – К., 2022. – 221 с.
- 49.Навчальна програма «Фізична культура» для спеціальної медичної групи загальноосвітніх навчальних закладів. 10 – 11 класи / авт. – уклад. : В. В. Деревянко, В. І. Майєр, Л. М. Пустолякова ; МОН України, молоді та спорту України. – К., 2012. – 22 с.
- 50.Стратегія розвитку фізичної культури і спорту до 2028 року / Міністерство молоді та спорту України. – К., 2020. – 26 с.

#### **ДОВІДКОВА ЛІТЕРАТУРА**

- 51.Наумчук В. І. Словник-довідник основних термінів і понять з теорії і методики фізичного виховання і спорту / В. І. Наумчук. – Тернопіль : Астон, 2013. – 96 с.
- 52.Романова В. І. Словник-довідник термінів з теорії та методики фізичного виховання / В. І. Романова ; ПВНЗ «МЕГУ ім. акад. С. Дем'янчука». - Рівне, 2012. – 32 с.
- 53.Соґоконь О. А. Словник основних термінів з фізичної культури : навч. посібник / О. А. Соґоконь ; МОН України. Полтав. нац. пед. ун-т ім. В. Г. Короленка, Факультет фіз. виховання. – Полтава, 2020. – 112 с.
- 54.Термінологічний словник з фізичної культури і спорту / авт. : Г. П. Грибань, Д. В. Бойко, Д. О. Дзендзелюк та ін. ; за ред. Г. П. Грибана. – Житомир : Рута, 2016. – 101 с.

#### **ДОПОМІЖНА ЛІТЕРАТУРА**

- 55.Артюшенко А. О. Роль свідомості у формуванні в учнів загальноосвітньої школи рухових навичок як складової особистісної мобільності / А. О. Артюшенко // Проблеми фізичного виховання і спорту. – 2011. - № 1. – С. 3 – 6.

56. Бабій Я. А. Вимоги до сучасного уроку фізичної культури в початковій школі згідно нової програми за державним стандартом / Я. А. Бабій // Young Scientist. – 2017. - № 3.1 (43.1). – С. 29-32.
57. Безкопильний О. О. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до здоров'язбережувальної діяльності в основній школі : теорія та методика : монографія / О. О. Безкопильний ; МОН України. Черкас. нац. ун-т ім. Б. Хмельницького. – Черкаси, 2022. – 552 с.
58. Бермудес Д. В. Дозування фізичного навантаження в процесі реалізації варіативних модулів з елементами хореографії : метод. рекомендації / Д. В. Бермудес ; МОН України. Сумський держ. пед. ун-т ім. А. С. Макаренка. – Суми, 2014. – 76 с.
59. Бублей Т. А. Методика диференційованого навчання фізичних вправ учнів основної школи з відхиленнями у стані здоров'я : дисертація на здобуття наукового ступеня к. пед. наук. 13.00.02 – теорія і методика навчання (фіз. культура, основи здоров'я) / Т. А. Бублей ; МОН України. НПУ ім. М. П. Драгоманова. – К., 2018. – 201 с.
60. Грибан Г. П. Лікарський контроль та самоконтроль у гирьовому спорті : методичні рекомендації / Г. П. Грибан, П. П. Ткаченко ; МОН України. Житомир. держ. ун-т ім. І. Франка. – Житомир, 2013. – 36 с.
61. Дидактичні засади диференціації навчання в основній школі : монографія / авт. кол. : В. І. Киденко, Г. О. Васьківська, С. П. Бондар та ін. ; НАПН України. Ін-т педагогіки ; за наук. ред. В. І. Киденка. – К. : Пед. думка, 2012. – 216 с.
62. Карпюк Р. П. Професійна підготовка майбутніх фахівців з адаптивного фізичного виховання : Теорія та методика / Р. П. Карпюк. – Луцьк : ВАТ «Волинська обласна друкарня», 2008. – 504 с.
63. Клиндук Т. І. Теоретико-методичні засади формування рухових умінь і навичок учнів / Т. І. Клиндук // Вісник Запорізького національного університету. – 2012. - № 1 (7). – С. 39 – 48.
64. Колумбет О. М. Розвиток координаційних здібностей молоді : монографія / О. М. Колумбет ; МОН України. Республ. вище училище фіз. культури. – К. : Освіта України, 2014. – 420 с.
65. Москаленко Н. В. Фізичне виховання молодших школярів : монографія / Н. В. Москаленко. – 3-те вид., перероб. і доп. – Дніпропетровськ : Інновація, 2014. – 375 с.
66. Педагогіка фізичного виховання : методичні рекомендації (для вчителів фізичної культури) / уклад. Г. В. Безверхня ; Умань. держ. пед. ун-т ім. П. Тичини, Каф. теорії і методики фіз. виховання. – Умань, 2013. – 72 с.
67. Руховий розвиток школярів різних вікових груп : монографія / авт. : М. О. Носко, Ю. М. Носко, М. Г. Лазаренко та ін. ; МОН України. Нац. акад. пед. наук України. Нац. ун-т «Чернігівський колегіум» ім. Т. Шевченка ; за наук. ред. М. О. Носка. – Чернігів : Десна Поліграф, 2020. – 408 с.
68. Структура навчального заняття та розподіл засобів фізичного виховання : методичні рекомендації для самост. роботи та самоконтролю знань студентів I – II курсу з дисципліни «Фізична культура» / уклад. : Н. О. Оришко, Н. М. Безпалова, В. П. Ткаченко ; МОН України. тернопіль. нац. економ. ун-т. – Тернопіль : Економічна думка, 2009. – 36 с.
69. Шиян Б. Передумови й перспективи формування національної системи фізичного виховання школярів / Б. Шиян // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наукових праць. – 2012. - № 4 (20). – С. 344 – 351.
70. Юрченко О. 7 нових видів спорту на фізкультурі: Як грати і скільки це коштує [Корфбол ; Чирлідінг ; Петанк ; Флорбол ; Регбі-5 ; Бадмінтон ; Фризбі Алтимат] [Електронний ресурс] // Освіторія. – Режим доступу : <https://osvitoria.media/experience/7-novyh-vydiv-sportu-na-fizkulturi-yak-graty-i-skilky-tse-koshtuye/>

### **Інформаційні ресурси**

71. Віртуальний навчальний кабінет «Фізична культура» / уклад. : О. М. Лакіза, В. С. Качуровський, В. О. Проценко [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://sites.google.com/site/fizicnakultura2014/>
72. Баженов Є., Боляк А., Коломоєць Г. НУШ : оцінювання освітніх результатів з фізичної культури : Всеукр. семінар для фахівців освітньої галузі «Фізична культура» (дата проведення 07.07.2022) / МОН України ; Комітет з фіз. вих. та спорту. Ін-т модернізації змісту освіти МОН України. – Режим доступу : <https://youtu.be/lbyhwMFht8Q>
73. Вдосконалення дистанційних уроків фізичної культури : семінар – практикум (дата проведення 27.04.2022) / МОН України ; Комітет з фіз. вих. та спорту. Ін-т модернізації змісту освіти МОН України. – Режим доступу : <https://youtu.be/uVYvKwdNGH0>
74. Кращі практики та важливі поради для онлайн уроків з фізичної культури неворкінг для вчителів (дата проведення 11.05.2022). - Режим доступу: <https://youtu.be/YAT0YNXo5KE>
75. Леськів В. Нова українська школа : впровадження варіативного модулю «Петанк» на уроках фізичної культури | UA\_active EDU : освітній марафон ( дата проведення : 09.07.2022) / МОН України ; Комітет з фіз. вих. та спорту. Ін-т модернізації змісту освіти МОН України. – Режим доступу : <https://youtu.be/mMm7HbjBZEI>
76. Модлінська М., Копилова Л. Інклюзивне навчання і нові підходи для вчителів та учнів | UA\_active EDU : Всеукр. семінар-практикум (дата проведення 11.08.2022) / МОН України ; Комітет з фіз. вих. та спорту. Ін-т модернізації змісту освіти МОН України. – Режим доступу : <https://www.youtube.com/watch?v=VEQCWwLGBMM>



77. Мотиваційні стратегії для дистанційних уроків фізичної культури» : Всеукр. семінар-практикум (дата проведення 04.-5.2022) / МОН України ; Комітет з фіз. вих. та спорту. Ін-т модернізації змісту освіти МОН України. – Режим доступу : [https://youtu.be/\\_ХТРН1ECFjY](https://youtu.be/_ХТРН1ECFjY)
78. Нові варіативні модулі та модельна програма з фізичної культури НУШ : нетворкінг для вчителів фізичної культури (дата проведення 25.05.2022) / МОН України ; Комітет з фіз. вих. та спорту. Ін-т модернізації змісту освіти МОН України. - Режим доступу : <https://www.youtube.com/watch?v=M1j3qcXRytk>
79. Нормативно-правове та методичне забезпечення освітньої галузі «Фізична культура» : Всеукр. методологічний семінар (дата проведення 28.07.2022 р.)
80. Рожков П., Баженов Є. Нова українська школа : сучасні підходи до викладання «Регбі-5» та «Регбі-7» на уроках фізичної культури : освітній марафон практик ( дата проведення 02.08.2022) / МОН України ; Комітет з фіз. вих. та спорту. Ін-т модернізації змісту освіти МОН України. – Режим доступу : <https://youtu.be/zewnmrOF4ck>
81. Техніки підтримки дітей в освітньому просторі : нетворкінг для вчителів фізичної культури. – Режим доступу : <https://youtu.be/sRN6SKcRm60>
82. Цифрові інструменти та застосунки для підвищення рухової активності дітей та молоді в закладах освіти (дата проведення 04.08.2022)

## ПОЛІТИКА ОЦІНЮВАННЯ

<b>Загальна політика</b>	Здобувач освіти зобов'язаний відвідувати всі заняття згідно розкладу, не спізнюватися. Дотримуватися етики поведінки. Працювати з навчальною літературою, з літературою на електронних носіях і в Інтернеті. При пропуску лекційних занять проводиться усна співбесіда за темою. Відпрацьовувати практичні заняття. Виконати індивідуальне завдання.
<b>Політика щодо дедлайнів та перескладання</b>	Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку.
<b>Політика щодо академічної доброчесності</b>	Під час виконання завдань вимагається дотримання правил академічної доброчесності. 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.

## ОЦІНЮВАННЯ

### Нарахування балів

Види оцінювання	Бали
Змістовий модуль 1 (теми 1-12)	33
Змістовий модуль 1 (теми 13-20)	24
Підсумковий контроль (теми 1-20)– екзамен	40

### Розподіл балів для оцінювання успішності студентів

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою
90-100	A	відмінно
82-89	B	добре
74-81	C	
64-73	D	задовільно
60-63	E	

35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни