

ПВНЗ «Міжнародний економіко-гуманітарний університет
імені академіка Степана Дем'янчука»

Факультет здоров'я, фізичної культури і спорту
Кафедра теорії і методики фізичного виховання та адаптивної фізичної
культури

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ОК 18 Теорія і методика фізичного виховання

Рівень вищої освіти:	перший (бакалаврський)
Галузь знань:	01 Освіта / Педагогіка
Спеціальність:	017 Фізична культура і спорт
Освітня програма:	Фізична культура і спорт

Рівне 2023 рік

Робоча програма навчальної дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня вищої освіти за освітньою програмою «Фізична культура і спорт» зі спеціальності 017 Фізична культура і спорт, галузь знань 01 Освіта / Педагогіка

Розробник: кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент Романова В.І.

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри теорії і методики фізичного виховання та адаптивної фізичної культури

Протокол № 1 від «28» серпня 2023 року

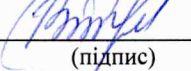
Завідувач кафедри  (Романова В.І.)
(підпис) (прізвище та ініціали)

Робочу програму погоджено з гарантом освітньої програми «Фізична культура і спорт» зі спеціальності 017 Фізична культура і спорт, галузь знань 01 Освіта / Педагогіка

Гарант освітньої програми  (Сотник Ж.Г.)
(підпис) (прізвище та ініціали)

Схвалено навчально-методичною комісією факультету здоров'я, фізичної культури і спорту

Протокол № 1 від «29» серпня 2023 року

Голова  (Романова В.І.)
(підпис) (прізвище та ініціали)

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів –5 Змістових модулів - 2	Галузь знань: 01 Освіта/Педагогіка	Обов'язковий компонент освітньої програми	
	Спеціальність: 017 Фізична культура і спорт.	Рік підготовки:	
		2-й	2-й
		3-й	3-й
Загальна кількість годин – 150	Рівень вищої освіти: бакалавр	Лекції	
		30 год.	16 год.
		Практичні, семінарські	
		30 год.	8 год.
		Самостійна робота	
		90 год.	126 год.
		Вид контролю: екзамен	

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою дисципліни «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.

Основними **завданнями** 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.

Після опанування основних положень дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» студенти повинні **знати**: 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.

уміти творчо використовувати отримані знання з теоретико - методичних основ фізичного виховання у загальноосвітній школі 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 вміння самостійно поповнювати знання, здійснювати науково-дослідну роботу, орієнтуватись в спеціальній науково-педагогічній літературі згідно профілю підготовки.

Метою вивчення навчальної дисципліни передбачає формування у здобувачів вищої освіти відповідно до освітньої професійної програми таких **компетентностей**:

ЗК 3. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і примножувати досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій.

ЗК 12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ФК 1. Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості.

ФК 6. Здатність до розуміння ретроспективи формування сфери фізичної культури і спорту.

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

Вивчення навчальної дисципліни передбачає формування та розвиток у здобувачів вищої освіти програмних результатів навчання:

ПРН 1. Здійснювати аналіз суспільних процесів у сфері фізичної культури і спорту, демонструвати власне бачення шляхів розв'язання існуючих проблем.

ПРН 3. Уміти обробляти дані з використанням сучасних інформаційних та комунікаційних технологій.

ПРН 7. Здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами.

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

ПРН 18. Аналізувати психічні процеси, стани та властивості людини під час занять фізичною культурою і спортом.

ПРН 21. Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.

3. Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. Загальні основи теорії фізичної культури та фізичного виховання.

Тема 1. Предмет та зміст теоретико- методичних основ фізичної культури та фізичного виховання.

ТМОФВ в ЗОШ - це профілююча наукова та навчальна дисципліна формує систему фундаментальних знань, які визначають професійну діяльність у сфері фізичного виховання.

Література: основна 1, 9, 40, 42 додаткова 59, 62

Тема 2. Система фізичного виховання в Україні.

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.

Література: основна 7, 23, 41 додаткова 50, 53, 56,

Тема 3. Завдання ФВ. Методичні принципи навчання та шляхи їх реалізації у процесі фізичного виховання

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.

Література: основна 27, 29, 50, 53 додаткова 51, 52, 66

Тема 4. Методи фізичного виховання.

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.

Література: основна 23, 24, 39, 45 додаткова 54, 55, 56

Тема 5. Засоби фізичного виховання.

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.

Література: основна 22, 39, 45 додаткова 54, 55, 66, 68

Тема 6. Структура процесу навчання рухової дії.

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.

Література: основна 7, 29, 31, 46 додаткова 53, 63

Тема 7. Теоретико-практичні основи розвитку фізичних якостей.

Руховими, або фізичними, якістьми традиційно називають окремі грані рухових можливостей людини, які забезпечують виконання фізичної вправи з необхідною силою, швидкістю, витривалістю, спритністю й гнучкістю.

Література: основна 22, 43, 45 додаткова 58, 64, 69

Тема 8. Основи методики розвитку та вдосконалення швидкісних здібностей людини.

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.

Література: основна 22, 43, 45, 48 додаткова 52, 54, 63, 69

Тема 9. Основи методики розвитку вдосконалення сили.

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.

Література: основна 8,12, 24, 43 додаткова 55, 56, 68

Тема 10. Основи методики розвитку та вдосконалення витривалості.

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.

Література: основна 2, 10, 43, 47 додаткова 58, 59, 67

Тема 11. Основи методики розвитку та вдосконалення гнучкості як фізичної якості людини.

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 – дитячий і юнацький: гнучкість, набуту в цей час, нескладно підтримувати впродовж усього періоду занять спортом.

Література: основна 10, 23, 37, 41 додаткова 56, 62, 67

Тема 12. Основи методики розвитку та вдосконалення спритності та координаційних якостей людини.

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,
Література: основна 10, 13, 14, 17, 26, 32 додаткова 50, 56, 67,69

Змістовий модуль 2. Методика навчання фізичного виховання в ЗОШ. Урочні та позаурочні форми занять.

Тема 13.Шкільний урок фізичного виховання, як основна форма занять.

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.

Література: основна 7, 11, 13, 42, 43 додаткова 57, 60

Тема 14.Позакласна та позашкільна форма занять.

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.

Література: основна 13, 14, 23, 38, 49 додаткова 58, 65, 66

Тема 15. Умови підвищення ефективності фізичного виховання школярів.

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.

Література: основна 3, 11, 13, 17,43, 45 додаткова 53, 69

Тема 16. Форми та методи організації занять. Планування та контроль у процесі ФВ. Планування у фізичному вихованні. Прогнозування у фізичному вихованні. Контроль у фізичному вихованні.

Література: основна 3, 10, 29,3 додаткова 53, 55, 63

Тема 17.Методика особливості фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку.

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.

Література: основна 5, 10, 14, 32, 43, 44 додаткова 51, 56, 61

Тема 18. Методика особливості фізичного виховання дітей середнього та старшого шкільного віку

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.

Література: основна 3, 5, 13, 14, 19, 43, 45 додаткова 53, 63, 65

Тема 19. Характеристика навантажень під час занять фізичними вправами.

Загальна характеристика фізичного навантаження. Класифікація фізичних навантажень.

Внутрішні та зовнішні сторони фізичних навантажень. Основи теорії адаптації та закономірності її застосування у фізичному вихованні.

Література: основна 2, 10, 12, 41, 42 додаткова 58, 62, 67, 69

Тема 20. Особливості проведення занять з використанням засобів оздоровчої фізичної культури у дітей з ослабленим здоров'ям.

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.

Література: основна 5, 12, 14, 22, 27, 37, 41 додаткова 51, 52, 65, 68

4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	денна форма						заочна форма					
	усього	у тому числі					усього	у тому числі				
		л	п	лаб	інд	ср		л	п	лаб	інд	ср
1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.	12.	13.
Змістовий модуль 1. Загальні основи теорії фізичної культури та фізичного виховання. З семестр												
Тема 1. Предмет та зміст теоретико-методичних основ фізичної культури та фізичного виховання.	8	2				4	8					6
Тема 2. Система фізичного виховання в Україні.	8		2			5	8					6
Тема 3. Завдання ФВ. Методичні принципи навчання та шляхи їх реалізації у процесі фізичного виховання	8	2	2			4	8	2				6
Тема 4. Методи фізичного виховання.	8	2	2			5	8	2	2			6
Тема 5. Засоби фізичного виховання.	8	2				4	8	2	2			6
Тема 6. Структура процесу навчання рухових дій.	8		2			5	8					6
Тема 7. Теоретико-практичні основи розвитку фізичних якостей.	8	2	2			5	8					6
Тема 8. Основи методики розвитку та вдосконалення швидкісних здібностей людини.	8	2				4	8	2				6
Тема 9. Основи методики розвитку вдосконалення сили.	8	2				5	8					6
Тема 10. Основи методики розвитку та вдосконалення витривалості.	8		2			4	8					6
Тема 11. Основи методики розвитку та вдосконалення гнучкості як фізичної якості людини.	7	2				5	7	2				6
Тема 12. Основи методики розвитку та вдосконалення спритності та координаційних якостей людини.	7		2			5	7					6
Всього за змістовним модулем 1	94	16	14			55	94	10	4			72
Змістовний модуль 2. Методика навчання фізичного виховання в ЗОШ. Урочні та												

позаурочні форми занять.											
Тема 13.Шкільний урок фізичного виховання, як основна форма занять.	7	2	2			5	7	2			7
Тема 14.Позакласна та позашкільна форма занять.	7	2	2			4	7		2		7
Тема 15. Умови підвищення ефективності фізичного виховання школярів.	7		2			5	7	2			7
Тема 16. Форми та методи організації занять. Планування та контроль у процесі ФВ.	7	2	2			4	7		2		7
Тема 17. Особливості фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку.	7	2	2			4	7				6
Тема 18. Особливості фізичного виховання дітей середнього та старшого шкільного віку	7	2	2			4	7				6
Тема 19. Характеристика навантажень під час занять фізичними вправами.	7	2	2			5	7	2			7
Тема 20. Особливості проведення занять з використанням засобів ОФК у дітей з ослабленим здоров'ям.	7	2	2			4	7				7
Всього за змістовним модулем 2	56	14	16			35	56	6	4		54
Усього годин	150	30	30			90	150	16	8		126

5. Теми практичних занять

№ п/п	Назва теми	Кіль-ть годин
Змістовий модуль 1. Загальні основи теорії фізичної культури та фізичного виховання.		
1.	Тема2.Система фізичного виховання в Україні.	2/-
2.	Тема 3. Завдання ФВ. Методичні принципи навчання та шляхи їх реалізації у процесі фізичного виховання	2/-
3.	Тема 4. Методи фізичного виховання.	2/2
4.	Тема 5. Засоби фізичного виховання.	2/2
5.	Тема 6.Структура процесу навчання рухових дій.	2/-
6.	Тема 7.Теоретико-практичні основи розвитку фізичних якостей.	2/-
7.	Тема 10. Основи методики розвитку та вдосконалення витривалості.	2/-
8.	Тема 12. Основи методики розвитку та вдосконалення спритності та координаційних якостей людини.	2/-
Змістовий модуль 2. Методика навчання фізичного виховання в ЗОШ. Урочні та позаурочні форми занять.		
9.	Тема 13.Шкільний урок фізичного виховання, як основна форма занять.	2/-
10.	Тема 14.Позакласна та позашкільна форма занять.	2/2
11.	Тема 16. Форми та методи організації занять. Планування та контроль у процесі ФВ.	2/2

12.	Тема 17. Особливості фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку.	2/-
13.	Тема 18. Особливості фізичного виховання дітей середнього та старшого шкільного віку	2/-
14.	Тема 19. Характеристика навантажень під час занять фізичними вправами.	2/-
15.	Тема 20. Особливості проведення занять з використанням засобів ОФК у дітей з ослабленим здоров'ям.	2/-
16.	Всього	30/8

6. Самостійна робота

№ п/п	Назва теми	Кількість годин
Змістовий модуль 1. Загальні основи теорії фізичної культури та фізичного виховання.		
1.	Тема1.Предмет та зміст теоретико- методичних основ фізичної культури та фізичного виховання.	4/6
2.	Тема2.Система фізичного виховання в Україні.	5/6
3.	Тема 3. Завдання ФВ. Методичні принципи навчання та шляхи їх реалізації у процесі фізичного виховання	4/6
4.	Тема 4. Методи фізичного виховання.	5/6
5.	Тема 5. Засоби фізичного виховання.	4/6
6.	Тема 6.Структура процесу навчання рухових дій.	5/6
7.	Тема 7.Теоретико-практичні основи розвитку фізичних якостей.	5/6
8.	Тема 8. Основи методики розвитку та вдосконалення швидкісних здібностей людини.	4/6
9.	Тема 9. Основи методики розвитку вдосконалення сили.	5/6
10.	Тема 10. Основи методики розвитку та вдосконалення витривалості.	4/6
11.	Тема 11. Основи методики розвитку та вдосконалення гнучкості як фізичної якості людини.	5/6
12.	Тема 12. Основи методики розвитку та вдосконалення спритності та координаційних якостей людини.	5/6
Змістовий модуль 2. Методика навчання фізичного виховання в ЗОШ. Урочні та позаурочні форми занять.		
13	Тема 13.Шкільний урок фізичного виховання, як основна форма занять.	5/7
14	Тема 14.Позакласна та позашкільна форма занять.	4/6
15	Тема 15. Умови підвищення ефективності фізичного виховання школярів.	5/6
16	Тема 16. Форми та методи організації занять. Планування та контроль у процесі ФВ.	4/7
17	Тема 17. Особливості фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку.	4/6
18	Тема 18. Особливості фізичного виховання дітей середнього та старшого шкільного віку	4/6
19	Тема 19. Характеристика навантажень під час занять фізичними вправами.	5/6
20	Тема 20. Особливості проведення занять з використанням засобів ОФК у дітей з ослабленим здоров'ям.	4/6
	Разом	90/126

7.Завдання для опрацювання тем дисципліни

Назва теми	Зміст завдання	Форми контролю	Література	Кількість балів
Змістовий модуль 1. Загальні основи теорії фізичної культури та фізичного виховання.				
Тема1. Предмет та зміст теоретико-методичних основ фізичної культури та фізичного виховання.	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття, огляд теоретичного матеріалу	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Література: основна 1, 9, 40, 42 додаткова 59, 62	3
Тема2. Система фізичного виховання в Україні.	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Експрес опитування, підготовка опрацьованих матеріалів щодо нормативно-законодавчої бази	Література: основна 7, 23, 41 додаткова 50, 53, 56,	3
Тема 3. Завдання ФВ. Методичні принципи навчання та шляхи їх реалізації у процесі фізичного виховання	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Література: основна 27, 29, 50, 53 додаткова 51, 52, 66	3
Тема 4. Методи фізичного виховання.	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Експрес опитування, підготовка опрацьованих матеріалів, щодо нормативно-законодавчої бази	Література: основна 23, 24, 39, 45 додаткова 54, 55, 56	3
Тема 5. Засоби фізичного виховання.	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Експрес опитування, підготовка опрацьованих матеріалів, щодо нормативно-законодавчої бази	Література: основна 22, 39, 45 додаткова 54, 55, 66, 68	3
Тема 6. Структура процесу навчання рухових дій.	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Експрес опитування, підготовка опрацьованих матеріалів, щодо нормативно-законодавчої бази	Література: основна 7, 29, 31, 46 додаткова 53, 63	3

Тема 7. Теоретико-практичні основи розвитку фізичних якостей.	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Експрес опитування, підготовка опрацьованих матеріалів, щодо нормативно-законодавчої бази	Література: основна 22, 43, 45 додаткова 58, 64, 69	3
Тема 8. Основи методики розвитку та вдосконалення швидкісних здібностей людини.	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Експрес опитування, підготовка опрацьованих матеріалів, щодо нормативно-законодавчої бази	Література: основна 22, 43, 45, 48 додаткова 52, 54, 63, 69	3
Тема 9. Основи методики розвитку вдосконалення сили.	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Експрес опитування, підготовка опрацьованих матеріалів, щодо нормативно-законодавчої бази	Література: основна 8,12, 24, 43 додаткова 55, 56, 68	3
Тема 10. Основи методики розвитку та вдосконалення витривалості.	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Експрес опитування, підготовка опрацьованих матеріалів, щодо нормативно-законодавчої бази	Література: основна 2, 10, 43. 47 додаткова 58, 59, 67	3
Тема 11. Основи методики розвитку та вдосконалення гнучкості як фізичної якості людини.	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Експрес опитування, підготовка опрацьованих матеріалів, щодо нормативно-законодавчої бази	Література: основна 10, 23, 37, 41 додаткова 56, 62, 67	3
Тема 12. Основи методики розвитку та вдосконалення спритності та координаційних якостей людини.	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Література: основна 10, 13, 14, 17, 26, 32 додаткова 50, 56, 67,69	3
Змістовий модуль 2. Методика навчання фізичного виховання в ЗОШ. Урочні та позаурочні форми занять.				
Тема 13. Шкільний урок фізичного виховання, як основна	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Вивчення лекційного матеріалу,	Література: основна 7, 11, 13, 42,	3

форма занять.		підготовка до практичного заняття	43 додаткова 57, 60	
Тема 14. Позакласна та позашкільна форма занять.	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Література: основна 13, 14, 23, 38, 49 додаткова 58, 65, 66	3
Тема 15. Умови підвищення ефективності фізичного виховання школярів.	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Експрес опитування, підготовка опрацьованих матеріалів, щодо нормативно-законодавчої бази	Література: основна 3, 11, 13, 17,43, 45 додаткова 53, 69	3
Тема 16. Форми та методи організації занять. Планування та контроль у процесі ФВ	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Література: основна 3, 10, 29,3 додаткова 53, 55, 63	3
Тема 17. Особливості фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку.	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Експрес опитування, підготовка опрацьованих матеріалів, щодо нормативно-законодавчої бази	Література: основна 5, 10, 14, 32, 43, 44 додаткова 51, 56, 61	3
Тема 18. Особливості фізичного виховання дітей середнього та старшого шкільного віку	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Експрес опитування, підготовка опрацьованих матеріалів, щодо нормативно-законодавчої бази	Література: основна 3, 5, 13, 14, 19,43, 45 додаткова 53, 63, 65	3
Тема 19. Характеристика навантажень під час занять фізичними вправами.	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Експрес опитування, підготовка опрацьованих матеріалів, щодо нормативно-законодавчої бази	Література: основна 2, 10, 12, 41, 42 додаткова 58, 62, 67, 69	3
Тема 20. Особливості проведення занять з використанням засобів оздоровчої фізичної культури у дітей з ослабленим здоров'ям.	Вивчення лекційного матеріалу, підготовка до практичного заняття	Експрес опитування, підготовка опрацьованих матеріалів, щодо нормативно-законодавчої бази	Література: основна 5, 12, 14, 22, 27, 37, 41 додаткова 51, 52, 65, 68	3

Індивідуальні завдання

Змістовий модуль 1.

1. Творча індивідуальна робота за темою «Програма навчання рухової дії» (рухова дія вибирається студентом з навчальної програми для учнів загальноосвітнього закладу).

Змістовий модуль 2.

1. Складання конспектів уроку.
2. Представлення конспектів проведення занять з фізичного виховання за шкільною програмою.
3. Основи планування навчальної роботи з фізичної культури у поза навчальний час.
4. Творча індивідуальна робота за темою «Розвиток фізичної якості (за вибором)» (рухова дія вибирається студентом з навчальної програми для учнів загальноосвітнього закладу).
5. Представлення конспектів проведення занять з фізичного виховання за шкільною програмою.
6. Позаурочні форми занять фізичними вправами.

8. Методи навчання

У процесі вивчення дисципліни застосовуються такі методи:

- словесні методи навчання, бесіда з елементами дискусії ситуативний підхід, бесіда за «круглим столом», «питання – відповідь»;
- проблемно-пошуковий та евристичний (диспут) методи навчання;
- дослідницький метод під час виконання самостійної роботи;
- практичні методи навчання;
- наочні методи навчання: пояснювально-ілюстративний метод із використанням презентацій під час викладу лекційного матеріалу.

9. Методи контролю

При вивченні студентами курсу «Теорія і методика фізичного виховання» застосовуються такі методи контролю:

- поточне (усне) опитування, дискусійне обговорення проблем на практичних заняттях;
- поточний контроль здійснюється під час проведення практичних занять, і має на меті перевірку рівня підготовленості студента до виконання конкретної роботи. Поточний контроль реалізується у формі опитування, виступів, експрес-контролю тощо, перевірки результатів виконання різноманітних індивідуальних завдань тощо;
- контроль самостійної роботи, представлення презентацій;
- індивідуальне та фронтальне опитування;
- поточне тестування;
- аналіз та оцінювання результатів навчання;
- тестовий підсумковий контроль.

Питання гарантованого рівня знань здобувачів вищої освіти

1. Теорія і методика фізичного виховання як наукова і навчальна дисципліна
2. Характеристика основних понять теорії фізичного виховання: "фізична культура", "фізичне виховання", "спорт".
3. Функції фізичної культури та спорту в суспільстві.
4. Фізичне виховання як соціальне явище. Система фізичного виховання
5. Мета та завдання фізичного виховання на сучасному етапі.

6. Характеристика організаційних основ національної системи фізичного виховання.
7. Нормативно-законодавчі та програмові основи системи фізичного виховання. Роль Закону "Про фізичну культуру і спорт" та Національної доктрини розвитку фізичної культури і спорту країни.
8. Характеристика загальних принципів фізичного виховання.
9. Характеристика методичних принципів фізичного виховання свідомості та активності.
10. Характеристика методичних принципів фізичного виховання доступності та індивідуалізації.
11. Характеристика методичних принципів фізичного виховання систематичності та послідовності.
12. Характеристика фізичних вправ як основного засобу фізичного виховання. Класифікація фізичних вправ.
13. Поняття про техніку фізичних вправ, її компоненти. Характеристики рухів
14. Природні та гігієнічні фактори як засоби фізичного виховання.
15. Характеристика методів навчання у фізичному вихованні: практичного, слова, наочності.
16. Характеристика методів розвитку рухових якостей.
17. Основні методи досліджень в теорії і методиці фізичного виховання
18. Методика формування теоретичних знань з фізичного виховання.
19. Характеристика рухових умінь і навичок. Закономірності їх формування
20. Педагогічне та біологічне обґрунтування структури навчання руховим діям. Передумови успішного засвоєння рухових дій.
21. Характеристика етапів ознайомлення і початкового розучування рухової дії.
22. Характеристика етапу поглибленого розучування рухової дії.
23. Характеристика етапу закріплення і удосконалення рухової дії.
24. Причини виникнення помилок у процесі навчання руховим діям. Способи їх попередження та виправлення.
25. Поняття про рухові якості. Перенесення розвитку рухових якостей.
26. Загальна характеристика фізичного навантаження та відпочинку як факторів тренувальних дій.
27. Поняття про адаптацію. Види та стадії формування адаптаційних реакцій організму людини на фізичні навантаження.
28. Характеристика сили як рухової якості. Засоби і методи розвитку сили
29. Методика розвитку швидкісної та вибухової сили.
30. Швидкість як рухова якість. Засоби й методи розвитку швидкості.
31. Витривалість як рухова якість. Засоби та методи розвитку витривалості.
32. Спритність як рухова якість. Засоби та методи розвитку спритності.
33. Гнучкість як рухова якість. Методика розвитку гнучкості.
34. Загальна характеристика форм організації занять з фізичного виховання. Значення різноманітності форм занять у фізичному вихованні
35. Характеристика уроку фізичної культури як основної форми фізичного виховання. Типи уроків фізичної культури.
36. Педагогічне та біологічне обґрунтування структури уроку фізичної культури.
37. Методика визначення та прийоми регулювання фізичного навантаження на уроках фізичної культури.
38. Характеристика і методика визначення щільності уроку фізичної культури. Шляхи підвищення щільності уроку.
39. Організаційні аспекти проведення занять з фізичної культури.
40. Попередження травматизму на уроках фізичної культури в школі.
41. Правила самоконтролю та безпеки під час виконання фізичних вправ.
42. Активізація рухової діяльності учнів у процесі фізичного виховання.
43. Види й форми планування навчального процесу з фізичного виховання в школі. Основні документи планування.
44. Контроль та облік роботи з фізичного виховання у школі. Основні документи обліку.
45. Медичний контроль та критерії диференціації учнів по рівню здоров'я в процесі фізичного виховання.
46. Методика оцінки знань, умінь і навичок з фізичної культури.

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Критерії оцінювання	Оцінка за національною шкалою
90-100	A	Студент виявляє особливі творчі здібності, глибокі знання навчального матеріалу, що міститься в основних і додаткових рекомендованих літературних джерелах; вміє аналізувати явища, які вивчаються, у їх взаємозв'язку і розвитку; застосовувати теоретичні положення при розв'язанні практичних задач; володіє вмінням надавати чітку аргументовану відповідь на поставленні питання	відмінно
82-89	B	Студент вільно володіє вивченим обсягом матеріалу, застосовує його на практиці, вільно розв'язує вправи, надає лаконічну відповідь майже на всі поставленні питання; самостійно виправляє допущені помилки, кількість яких незначна	добре
74-81	C	Студент вміє оперувати необхідним колом понять та категорій; узагальнювати та систематизувати інформацію під керівництвом викладача; в цілому самостійно застосовувати її на практиці; контролювати власну діяльність; виправляти помилки, серед яких є суттєві	
64-73	D	Студент відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння основних положень, слабе їх застосування при розв'язанні практичних завдань; аналізує навчальний матеріал за допомогою викладача, надає мало аргументовані відповіді, виправляє не всі помилки, значна кількість яких є суттєвими	задовільно
60-63	E	Студент володіє навчальним матеріалом на рівні вищому за початковий, проте має фрагментарне уявлення про деякі поняття та категорії курсу; надає неповне висвітлення змісту питань; має недостатнє вміння зробити аргументовані висновки; відповіді містять значну кількість недоліків і помилок	
35-59	FX	Студент не опанував значну частину матеріалу курсу; не володіє понятійним апаратом; не опрацював базову та допоміжну літературу. Мова не виразна, обмежена, бідна, словниковий запас не дає змогу оформити ідею. Практичні навички на рівні розпізнавання	незадовільно з можливістю повторного складання

0-34	F	Студент повністю не знає програмного матеріалу, не працював в аудиторії з викладачем або самостійно; допускає суттєві помилки у відповідях на питання, не вміє застосовувати теоретичні положення при розв'язанні практичних завдань	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни
------	---	--	--

12. Методичне забезпечення

1. Опорний конспект лекцій.
2. Навчально-методичні посібники у локальній мережі університету.
3. Матеріали для самостійного опрацювання.
4. Мультимедійні матеріали.
5. Тестові завдання.

13. Рекомендована література 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. Бузюн О. І. Практикум з фізичної культури : навч. посібник для студ. вищ. навч. закладів / О. І. Бузюн, 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 І 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. Коломоєць, 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 І ступеня. 1 – 4 класи / уклад. В. І. Майер ; 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. Коломоець, 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. Майер, 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. Майер, 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. Согоконь О. А. Словник основних термінів з фізичної культури : навч посібник / О. А. Согоконь ; 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. Васківська, 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-тє 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 самот. 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/>

15. 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. Краці практики та важливі поради для онлайн уроків з фізичної культури нетворкінг 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

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)