

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Чорноморський національний університет імені Петра Могили

Факультет фізичного виховання і спорту

Кафедра олімпійського та професійного спорту

“ЗАТВЕРДЖУЮ”

Перший проректор






Котляр Ю.В.

“ ” 2023 року

РОБОЧА ПРОГРАМА ОСВІТНЬОЇ КОМПОНЕНТИ

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ

Спеціальність 017 Фізична культура і спорт

| | | |
|---------------------------------|---|--------------------------|
| Розробник |  | Харченко-Баранецька Л.Л. |
| Завідувач кафедри розробника |  | Довгань Н.Ю. |
| Завідувач кафедри спеціальності |  | Довгань Н.Ю. |
| Гарант освітньої програми |  | Довгань Н.Ю. |
| Декан факультету ФВіС |  | Тупсєв Ю.В. |
| Начальник НМВ |  | Шкірчак С.І. |

м. Миколаїв – 2023 рік

Опис освітньої компоненти

| Найменування показника | Характеристика дисципліни | |
|--|---|--------------|
| Найменування дисципліни | Теорія і методика фізичної культури і спорту | |
| Галузь знань | 01 Освіта/ Педагогіка | |
| Спеціальність | 017 Фізична культура і спорт | |
| Освітня кваліфікація | Доктор філософії з фізичної культури і спорту | |
| Освітня програма | Фізична культура і спорт | |
| Рівень вищої освіти | | |
| Статус дисципліни | Обов'язкова | |
| Курс навчання | 5 | |
| Навчальний рік | 2023 – 2024 н.р. | |
| Номер(и) семестрів (триместрів): | Денна форма | Заочна форма |
| | 1 | - |
| Загальна кількість кредитів ЄКТС/годин | 3 кредити / 90 годин | |
| Структура курсу: лекції семінарські заняття (практичні, лабораторні, півгрупові) годин самостійної роботи студентів | Денна форма | Заочна форма |
| | 8 | - |
| | 4 | - |
| | 78 | - |
| Всього (годин) | 90 | |
| Мова викладання | Українська | |
| Форма проміжного контролю (якщо є) | - | |
| Форма підсумкового контролю | Іспит | |

Мета, завдання, компетентності та програмні результати вивчення освітньої компоненти

Програма освітньої компоненти “Теорія і методика фізичної культури і спорту,” складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки доктора філософії з фізичної культури і спорту спеціальності 017«Фізична культура і спорт».

Метою викладання освітньої компоненти «Теорія і методика фізичної культури і спорту» є сформулювати та закріпити у здобувачів методологічні та теоретичні основи фізичного виховання і спорту.

У результаті вивчення освітньої компоненти здобувач повинен **знати:**

- основні поняття теорії та методики фізичного виховання, вимоги нормативно-правових документів щодо фізичного виховання особистості в умовах сьогодення;

- зміст, завдання, мету та умови функціонування системи фізичного виховання і спорту;

- засоби фізичного виховання шляхом їх реалізації в різних формах фізичного виховання шкільного курсу «Фізична культура»;
- загальні основи методики навчання фізичних вправ, вдосконалення фізичних якостей;
- структуру, методику проведення уроків з фізичної культури в різних вікових групах, оздоровчих заходів в режимі навчального дня, позакласних занять;
- організаційно-методичне управління педагогічним процесом;
- загальну систему спортивного тренування, її складові.

Методи та форми навчання.

Робоча програма освітньої компоненти передбачає викладання матеріалу у вигляді: бесіди, диспутів, дискусій, пояснювально-ілюстративного методу. Основними формами навчання є лекції, практичні заняття, індивідуально-консультаційна робота під керівництвом викладача та самостійна робота здобувача.

Для досягнення навчальних завдань, загального розвитку особистості, професійної її підготовки доцільно використовувати різні **методи навчання**, а саме: вербальний, наочний, практичні методи; організації пізнавальної діяльності (частково-пошуковий, дослідницький); методи стимулювання та мотивації навчання (пізнавальні та навчальні дискусії, імітаційні); методи контролю і самоконтролю (усний, письмовий, тестування тощо)

Розроблена програма відповідає освітній програмі спеціальності 017 Фізична культура і спорт та орієнтована на **формування наступних компетентностей**:

Інтегральна компетентність - здатність розв'язувати комплексні проблеми галузі фізичної культури і спорту, у тому числі в дослідницько-інноваційній діяльності, що передбачає глибоке переосмислення наявної системи знань про фізичну культуру і спорт та створення нових цілісних знань та/або інноваційної професійної практики

Загальні компетентності:

ЗК 8. Здатність до безперервного саморозвитку та самовдосконалення

Спеціальні (фахові) компетентності:

СК 1. Здатність здійснювати наукове дослідження у сфері фізичної культури та спорту.

СК 2. Здатність інтерпретувати фундаментальні знання сфери фізичної культури і спорту до конкретної проблемної ситуації.

СК 3. Здатність визначати сучасні тенденції розвитку фізичної культури і спорту в Україні та світі.

СК 4. Здатність здійснювати підготовку фахівців у сфері фізичної культури та спорту в системі вищої освіти.

СК 7. Здатність реалізовувати взаємозв'язок наукового знання з практикою сфери фізичної культури та спорту.

Передбачені наступні *програми результати навчання*.

ПРН 2. Розуміти стратегію наукового пізнання, уявляти його проблемне поле, формулювати наукові гіпотези, виокремлювати науково-практичні завдання.

ПРН 3. Розуміти різноманітність проблем сфери фізичної культури і спорту та шляхів їх вирішення.

ПРН 4. Розуміти нормативні вимоги до структури та змісту підготовленості фахівців галузі фізичної культури та спорту, систему спеціальних знань галузі фізичної культури та спорту.

ПРН 6. Розуміти вимоги до формулювання положень науково-методичного контенту, текстів навчальних та наукових видань у сфері фізичної культури та спорту.

ПРН 11. Вміти аналізувати та спів ставляти фундаментальну наукову інформацію галузі фізичної культури і спорту з даними сучасних наукових інформаційних джерел.

ПРН 15. Демонструвати технології впровадження результатів наукових досліджень в практику, актуалізувати методологічні підходи до процесу підготовки спортсменів у дитячому, дитячо-юнацькому, резервному, олімпійському, професійному, неолімпійському, адаптивному, масовому спорті, спорті вищих досягнень, спорті ветеранів тощо; у фізичному вихованні та оздоровчо-рекреаційній активності різних груп населення; в підготовці кадрів галузі відповідно до вимог сьогодення.

Технічне й програмне забезпечення /обладнання. Заняття у 2023-2024 навчальному році відбуваються дистанційно в Online форматі в Zoom режимі. Також передбачена синхронна і асинхронна форми виконання заданого матеріалу здобувачам вищої освіти на платформі Moodle.

3. Програма освітньої компоненти

Денна форма:

| | Теми | Лекції (год.) | Практичні (групові) (год.) | Самостійна робота (год.) |
|--------------------------|---|------------------|----------------------------------|--------------------------------|
| 1 | Основні проблемні аспекти сфери фізична культура і спорт. | 2 | 1 | 5 |
| 2 | Спортивний відбір. | 2 | 1 | 5 |
| 3 | Змагання і змагальна діяльність | 2 | 1 | 5 |
| 4 | Контроль в системі спортивної діяльності. | 2 | 1 | 5 |
| | Самоопрацювання | | | 58 |
| Всього за семестр | | 8 | 4 | 78 |

| | | |
|--|-----------|--|
| Проведення екзаменаційної консультації | 1 | |
| Проведення семестрових екзаменів | 3 | |
| Всього | 90 | |

**Зміст освітньої компоненти
План лекцій**

| № | Тема заняття / план | |
|----|---|----------|
| 1. | Тема 1. Основні проблемні аспекти сфери фізична культура і спорт. 1. Поняття про спорт і спортивну діяльність. Напрямки функціонування. 2. Тенденції сучасних проблем фізичної культури і спорту, їх характеристика. 3. Шляхи вирішення проблем сфери фізична культура і спорт. | 2 |
| 2. | Тема 2. Спортивний відбір. Понятійний апарат тематичного напрямку. Загальні основи спортивного відбору і спортивної орієнтації. Методи спортивної орієнтації і спортивного відбору. Етапність спортивного відбору. Фактори ефективного спортивного відбору. | 2 |
| 3. | Тема 3. Змагання і змагальна діяльність Змагання та змагальна діяльність, основні поняття. Класифікація змагальної діяльності. Характеристика типів змагальної діяльності. Фактори впливу на змагальну діяльність. Планування змагальної діяльності. | 2 |
| 4. | Тема 4. Контроль в системі спортивної діяльності. Понятійний апарат тематичного напрямку. Характеристика видів контролю. - етапний контроль. - оперативний контроль. - поточний контроль. Контроль складових спортивної підготовленості. Проблемні аспекти. - контроль технічної підготовленості. - контроль тактичної підготовленості. - контроль фізичної підготовленості - контроль за станом здоров'я спортсменів. | 2 |
| | Всього (год.) | 8 |

План практичних (групових) занять

| № | Тема заняття / план | |
|---|--|----------|
| 1 | Тема 1-2. Основні проблемні аспекти сфери фізична культура і спорт. Спортивний відбір. Обговорення питань лекції. Питання на самоопрацювання: Підготувати з 1 по 15 питання на самоопрацювання. | 2 |
| 2 | Тема 3-4. Змагання і змагальна діяльність. Контроль в системі спортивної діяльності. Обговорення питань лекції. Питання на самоопрацювання: Підготувати з 16 по 25 питання на самоопрацювання. | 2 |
| | Контрольна робота. | 4 |
| | Всього (год.) | 4 |

Завдання для самостійної роботи

Обсяг самостійної роботи становить 78 годин.

Вказівки та пояснення до виконання завдань на самостійну роботу

Самостійне опрацювання додаткових джерел здійснюється відповідно до переліку наведеному у цій програмі.

Самостійна робота з літературою та електронними джерелами має знайти відображення в конспекті з курсу.

Питання на самоопрацювання

Освітня компонента “Теорія і методика фізичної культури і спорту”, як наукова і навчальна дисципліни.

Вихідні поняття освітньої компоненти “Теорія і методика фізичної культури і спорту” («фізична культура», «фізичне виховання», «фізична рекреація», «система фізичного виховання», «спорт»), їх сучасне трактування.

Сучасний стан системи фізичного виховання в Україні (характеристика світоглядних правових, програмно-нормативних, теоретико-методичних, організаційних основ).

Тенденції сучасних проблем фізичної культури і спорту, їх характеристика.

Основні завдання фізичного виховання (освітні, оздоровчі, виховні)

Характеристика засобів фізичного виховання.

Характеристика засобів спортивного тренування.

Характеристика дидактичних принципів фізичного виховання.

Характеристика специфічних принципів фізичного виховання.

Поняття «методи» і «методичні прийоми». Класифікація методів фізичного виховання.

Мета і види контролю у фізичному вихованні.

Мета та завдання фізичного виховання дітей дошкільного віку.

Засоби фізичного виховання дітей дошкільного віку.

Організаційні форми фізичного виховання дітей дошкільного віку.

Мета і завдання фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку.

Структура уроку фізичної культури. Завдання частин уроку.

Завдання фізичного виховання учнів середнього та старшого шкільного віку.

Мета, завдання, фізичного виховання студентів ЗВО III-IV рівнів акредитації.
Мета та завдання ФВ дорослого населення.
Загальна характеристика сили як фізичної якості людини.
Загальна характеристика швидкості як фізичної якості людини. 22. Загальна характеристика витривалості.
23. Загальна характеристика гнучкості.
24. Загальна характеристика спритності як фізичної якості людини.
25. Моделювання і прогнозування у фізичній культурі і спорті.

6. Екзаменаційні питання

Освітня компонента “Теорія і методика фізичної культури і спорту”, як наукова і навчальна дисципліни.
Вихідні поняття освітньої компоненти “Теорія і методика фізичної культури і спорту” («фізична культура», «фізичне виховання», «фізична рекреація», «система фізичного виховання», «спорт»), їх сучасне трактування.
Сучасний стан системи фізичного виховання в Україні (характеристика світоглядних правових, програмно-нормативних, теоретико-методичних, організаційних основ).
Тенденції сучасних проблем фізичної культури і спорту, їх характеристика.
Основні завдання фізичного виховання (освітні, оздоровчі, виховні)
Характеристика засобів фізичного виховання.
Характеристика засобів спортивного тренування.
Характеристика дидактичних принципів фізичного виховання.
Характеристика специфічних принципів фізичного виховання.
Поняття «методи» і «методичні прийоми». Класифікація методів фізичного виховання.
Мета і види контролю у фізичному вихованні.
Мета та завдання фізичного виховання дітей дошкільного віку.
Засоби фізичного виховання дітей дошкільного віку.
Організаційні форми фізичного виховання дітей дошкільного віку.
Мета і завдання фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку.
Структура уроку фізичної культури. Завдання частин уроку.
Завдання фізичного виховання учнів середнього та старшого шкільного віку.
Мета, завдання, фізичного виховання студентів ЗВО III-IV рівнів акредитації.
Мета та завдання ФВ дорослого населення.
Загальна характеристика сили як фізичної якості людини.
Загальна характеристика швидкості як фізичної якості людини. 22. Загальна характеристика витривалості.
Загальна характеристика гнучкості.
Загальна характеристика спритності як фізичної якості людини.
Моделювання і прогнозування у фізичній культурі і спорті.

Блок 2

1. Поняття про спорт і спортивну діяльність. Напрямки функціонування.
2. Тенденції сучасних проблем фізичної культури і спорту, їх характеристика.

3. Шляхи вирішення проблем сфери фізична культура і спорт.
4. Загальні основи спортивного відбору і спортивної орієнтації.
5. Методи спортивної орієнтації і спортивного відбору.
6. Етапність спортивного відбору.
7. Фактори ефективного спортивного відбору.
8. Змагання та змагальна діяльність, основні поняття.
9. Класифікація змагальної діяльності.
10. Характеристика типів змагальної діяльності.
11. Фактори впливу на змагальну діяльність.
12. Планування змагальної діяльності.
13. Критерії визначення змагального результату.
14. Характеристика видів контролю.
15. Характеристика етапності контролю в спортивній діяльності.
16. Особливості педагогічного контролю.
17. Особливості контролю за фізичною підготовленістю спортсменів.
18. Особливості контролю за технічною підготовленістю спортсменів.
19. Особливості контролю за тактичною підготовленістю спортсменів.
20. Особливості контролю за психологічною готовністю спортсменів.
21. Контроль складових спортивної підготовленості. Проблемні аспекти.
22. Проблеми вдосконалення механізмів розвитку дитячо-юнацького спорту в Україні.
23. Особливості контролю в спортивній діяльності.
24. Види навантажень в спортивній діяльності.
25. Представити шляхи вирішення існуючих проблем в сфері обраного виду спорту.

7.Розподіл балів

Система накопичення балів з освітньої компоненти “Теорія і методика фізичної культури і спорту”

| Осінній семестр 8 годин лекцій / 4 годин практичні заняття ІСПИТ | |
|--|-----------------------------|
| Практична робота № 1 | 10 балів |
| Практична робота № 2 | 4 бали |
| Практичне завдання | 8 балів |
| Питання на самоопрацювання | 20 балів |
| Контрольна робота | 1 шт. x 18 балів = 18 балів |
| Всього максимальний бал 60 балів | |
| ІСПИТ - максимальний бал 40 балів | |
| Максимальний бал за курс - 100 балів | |

Шкала оцінювання: національна та ECTS

| Сума балів | Оцінка ECTS | Оцінка за національною шкалою | |
|------------|-------------|-------------------------------|---------------|
| | | екзамен | залік |
| 90-100 | A | відмінно | зараховано |
| 82-89 | B | добре | |
| 75 - 81 | C | задовільно | |
| 67-74 | D | | |
| 60-66 | E | незадовільно | не зараховано |
| 35-59 | FX | | |
| 1-34 | F | | |

8.Література

Основна література

1. Вільчковський Е.С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: навч. посібник. / Е.С. Вільчковський, О.І. Курок. Суми: ВТД „Університетська книга”, 2004. 428 с.
2. Костюкевич В.М. «Теорія і методика спортивної підготовки у запитаннях і відповідях»: Навчально-методичний посібник / Вінниця: Планер, 2016. 159 с.
3. Костюкевич В.М. Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту): Навчальний посібник. 2-ге вид. перероб. та доп. / Київ: КНТ, 2018. 616 с.
4. Маляр Е.І., Маляр Н.С. Теорія і методика спортивного тренування: Методичні рекомендації / Тернопіль, ТНЕУ: Економічна думка, 2020. 55 с.
5. Маляр Е.І., Маляр Н.С. Основи спортивної підготовки: Навчальний посібник / Тернопіль, ТНЕУ: Економічна думка, 2018. 96 с.
6. Платонов В. Олімпійський спорт у сучасній німеччині. URL: https://sportnauka.org.ua/wp-content/uploads/nvos/articles/2020.2_9.pdf
7. Платонов В.Н. Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті. Общая теория и ее практические приложения: учебник / К.: Олимп. лит., 2015. Кн. 2. 2015. 752 с.

8. Сергієнко Л.П. Теорія та методика дитячого та юнацького спорту: підручник / К.: Кондор Видавництво, 2016. 542 с.
9. Теорія і методика фізичного виховання /Під ред. Круцевич Т.Ю. К.: Олімпійська література, 2008. Т.1 . 391 с.
10. Теорія і методика фізичного виховання. /Під ред. Круцевич Т.Ю. К.: Олімпійська література, 2008. Т. 2. 366 с.
11. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Ч. 1 / Б.М.Шиян. Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2001. 272 с.
12. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Ч. 2 / Б.М.Шиян. Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2002. 248 с.