

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Чорноморський національний університет імені Петра Могили
Факультет фізичного виховання та спорту
Кафедра базової загальної та фізичної підготовки

“ЗАТВЕРДЖУЮ”

Перший проректор

Юрій КОТЛЯР

“29” 08 2025р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
Назва дисципліни
ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

галузь знань 01 Освіта / Педагогіка / А Освіта

спеціальність 014 Середня освіта / А4 Середня освіта (за предметними спеціальностями)

спеціалізація 014.11 Фізична культура / предметна спеціальність А4.11
Фізична культура

Розробник

Завідувач кафедри розробника

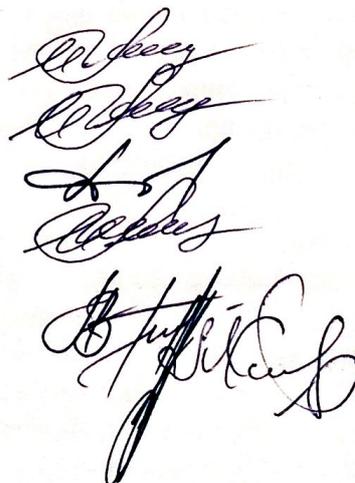
Завідувач кафедри спеціальності

Гарант освітньої програми

Декан факультету ФВС

Т.в.о. директора ННІПО

Начальник НМВ



Інна ГОРОДИНСЬКА

Інна ГОРОДИНСЬКА

Надія ДОВГАНЬ

Інна ГОРОДИНСЬКА

Віталій ВЕРБИЦЬКИЙ

Катерина ЗУБ

Євгенія ПОСТИКІНА

Миколаїв – 2025 рік

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показника	Характеристика дисципліни		
Найменування дисципліни	Теорія та методика фізичного виховання		
Галузь знань	01 Освіта / Педагогіка / А Освіта		
Напрямок підготовки Спеціальність	014 Середня освіта / А4 Середня освіта (за предметними спеціальностями)		
Спеціалізація (якщо є)	014.11 Фізична культура / А4.11 Фізична культура		
Освітня програма	Середня освіта (Фізична культура)		
Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський) рівень		
Статус дисципліни	Обов'язкова освітня компонента		
Курс навчання	3		
Навчальний рік	2025-2026 н.р.		
Номер(и) семестрів (триместрів):	Денна форма	Заочна форма	
	5с	7,8т	
Загальна кількість кредитів ЄКТС/годин	4/120		
Структура курсу:	Денна форма	Заочна форма	
	– лекції	30	8
	– семінарські заняття (практичні, лабораторні, півгрупові)	30	6
	– годин самостійної роботи студентів	60	106
Відсоток аудиторного навантаження	50%	12%	
Мова викладання	Українська		
Форма проміжного контролю (якщо є)			
Форма підсумкового контролю	Залік		

2. Мета, завдання, компетентності та програмні результати вивчення навчальної дисципліни

Метою вивчення освітньої навчальної дисципліни “Теорія та методика фізичного виховання” є озброєння здобувачів вищої освіти системою фундаментальних знань, що визначає професійну діяльність педагога в галузі фізичного виховання підростаючих поколінь та основами методики викладання фізичної культури різних вікових груп; озброєння практичними навичками та вміннями, необхідними для здійснення фізичного виховання залежно від віку, стану здоров'я та потреб згідно вікової періодизації.

Завдання:

- ✓ Ознайомити здобувачів вищої освіти з теоретико-методичними основами фізичного виховання різних вікових періодів людини, віковими особливостями та формами і методами фізичного виховання;
- ✓ навчити творчо використовувати отримані знання при вирішенні педагогічних, навчально-методичних та творчих завдань.
- ✓ сприяти активізації пізнавальної діяльності студентів, формувати вміння самостійно поповнювати знання, здійснювати науково-дослідну роботу, орієнтуватись в спеціальній науково-педагогічній літературі згідно профілю підготовки.

Компетентності та програмні результати навчання:

Освітня компонента передбачає формування у здобувачів вищої освіти наступних компетентностей:

Інтегральна компетентність - здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі у галузі середньої освіти, що передбачає застосування теоретичних знань і практичних умінь з наук предметної спеціальності, педагогіки, психології, теорії та методики навчання і характеризується комплексністю та невизначеністю умов організації освітнього процесу в закладах середньої освіти.

Загальні компетентності (ЗК):

ЗК.7. Здатність планувати та управляти часом

ЗК.10. Здатність оцінювати та забезпечувати якість виконуваних робіт

ЗК.11. Здатність застосовувати знання в практичних ситуаціях

Фахові компетентності (ФК):

ФК. 1. Здатність формувати в учнів загальні та предметні компетентності, відповідно до вимог стандарту середньої освіти

ФК.2. Здатність здійснювати об'єктивний контроль і оцінювання рівня навчальних досягнень учнів

ФК 3. Здатність формувати в учнів предметні компетентності з фізичної культури, медико-біологічних та психологічних основ і технологій розвитку рухових умінь і навичок та фізичних якостей, санітарно-гігієнічних основ діяльності у сфері фізичної культури

ФК.11. Здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини шляхом самостійної організації та реалізації різних форм занять в закладах середньої освіти, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми.

Передумови вивчення дисципліни: Освітня компонента «Теорія та методика фізичного виховання» відноситься до обов'язкових освітніх компонент ОП «Середня освіта (Фізична культура)» включає та поглиблює знання з педагогіки та психології, вікової психології та фізіології.

Передбачені наступні *програмні результати навчання відповідно ОП «Середня освіта (Фізична культура)»:*

ПРН 1. Знати законодавчі вимоги щодо змісту загальної середньої освіти відповідного рівня та форм організації освітнього процесу.

ПРН 4. Показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення.

ПРН 12. Вміти самостійно організовувати, реалізовувати різні форми занять фізичними вправами в закладах середньої освіти з урахуванням особливостей учнів на основі положень педагогіки, теорії та методики фізичного виховання, медико-біологічних та психологічних наук.

ПРН 20. Вміти розробляти навчально-методичні матеріали (робочі програми, навчально-тематичні плани) на основі освітнього стандарту та зразкових програм з урахуванням виду освітньої установи, особливостей класу / групи та окремих учнів. Вміти розробляти перспективні та оперативні плани і програми конкретних занять в процесі фізичного виховання різних групи населення.

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

3. Програма навчальної дисципліни

Денна форма:

	Теми	Лекції	Практичні (групові)	Самостійна робота
--	------	--------	---------------------	-------------------

1	Фізичне виховання дітей раннього й дошкільного віку	4	4	5
2	Фізичне виховання учнів молодшого шкільного віку	2	2	5
3	Зміст та методика навчання фізичних вправ на уроках фізичної культури учнів молодшого шкільного віку	2	2	10
4	Фізичне виховання учнів середнього та старшого шкільного віку	2	2	5
5	Методика проведення уроку з фізичної культури як основної форми фізичного виховання	4	4	5
6	Диференційоване фізичне виховання школярів	4	4	5
7	Особливості фізичного виховання дітей, які мають відхилення у стані здоров'я	4	4	10
8	Фізичне виховання студентської молоді та професійно-прикладна підготовка	4	4	5
9	Організація і методика проведення позакласної роботи в закладах освіти	2	2	5
10	Теоретико-методичні основи оздоровчої фізичної культури	2	2	5
Всього за курс		30	30	60

Заочна форма:

	Теми	Лекції	Практичні (групові)	Самостійна робота
1	Фізичне виховання дітей раннього й дошкільного віку	2	2	9
2	Фізичне виховання учнів молодшого шкільного віку	2	2	5
3	Зміст та методика навчання фізичних вправ на уроках фізичної культури учнів молодшого шкільного віку			14
4	Фізичне виховання учнів середнього та старшого шкільного віку	2	2	5
5	Методика проведення уроку з фізичної культури як основної форми фізичного виховання	2		11

6	Диференційоване фізичне виховання школярів			13
7	Особливості фізичного виховання дітей, які мають відхилення у стані здоров'я			18
8	Фізичне виховання студентської молоді та професійно-прикладна підготовка			9
9	Організація і методика проведення позакласної роботи в закладах освіти			8
10	Теоретико-методичні основи оздоровчої фізичної культури			9
Всього за 8 триместр		8	6	106
Всього за курс		8	6	106

4.Зміст навчальної дисципліни 4.1 План лекцій (денна форма)

№	Тема заняття / план	
1.	Тема 1. Фізичне виховання дітей раннього й дошкільного віку 1. Завдання й засоби фізичного виховання дітей раннього та дошкільного віку. 2. Вікові особливості фізичного розвитку й фізичної підготовленості дітей раннього й дошкільного віку. 3. Форми організації занять фізичними вправами з дітьми раннього й дошкільного віку.	4
2.	Тема 2. Фізичне виховання учнів молодшого шкільного віку 1. Мета, завдання та зміст фізичного виховання учнів молодшого шкільного віку 2. Вікові особливості фізичного розвитку учнів молодшого шкільного віку	2
3.	Тема 3. Методика навчання фізичних вправ на уроках фізичної культури учнів молодшого шкільного віку 1. Навчання учнів організуючих та стройових вправ 2. Навчання ходьби та бігу 3. Проведення загальнорозвиваючих вправ 4. Навчання стрибків	2
4	Тема 4. Особливості фізичного виховання учнів середнього та старшого шкільного віку 1. Завдання й засоби фізичного виховання дітей середнього та старшого шкільного віку. 2. Вікові особливості фізичного розвитку й фізичної підготовленості учнів середнього шкільного віку. 3. Вікові особливості фізичного розвитку й фізичної підготовленості учнів старшого шкільного віку.	2
5.	Тема 5. Методика проведення уроку з фізичної культури як основної форми фізичного виховання 1. Характерні риси уроку та загальні вимоги до нього 2. Типологія уроків	4

	<ul style="list-style-type: none"> 3. Структура і зміст уроку з фізичної культури 4. Методи організації діяльності учнів 5. Дозування навантаження, щільність уроку 	
6.	Тема 6. Диференційоване фізичне виховання <ul style="list-style-type: none"> 1. Зумовленість і значення диференційованого фізичного виховання. 2. Підходи до диференційованого фізичного виховання дітей і критерії диференціації 3. Особливості диференційованого фізичного виховання дітей із різним рівнем фізичного розвитку. 4. Особливості диференційованого фізичного виховання дітей із різним рівнем типом тілобудови.. 	4
7.	Тема 7. Особливості фізичного виховання дітей, які мають відхилення у стані здоров'я <ul style="list-style-type: none"> 1. Стан здоров'я дітей у сучасних умовах. 2. Оцінювання здоров'я дітей та їх розподіл на медичні групи для занять фізичними вправами. 3. Особливості застосування коригувальної гімнастики для профілактики порушень постави у школярів. 4. Підходи до організації уроків фізичної культури з учнями спеціальної медичної групи. 5. Загальні методичні рекомендації до проведення занять фізичними вправами з учнями спеціальної медичної групи 	4
8	Тема 8. Фізичне виховання студентської молоді та професійно-прикладна підготовка <ul style="list-style-type: none"> 1. Значення, завдання та зміст фізичного виховання студентів 2. Методичні основи та форми організації фізичного виховання у ВЗО 3. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів. 	4
9	Тема 9. Організація і методика проведення позакласної роботи в закладах освіти <ul style="list-style-type: none"> 1. Загальна характеристика позакласної роботи 2. Характеристика групових занять 3. Свята фізичної культури 4. Змагання 	2
10	Тема 10. Теоретико-методичні основи оздоровчої фізичної <ul style="list-style-type: none"> 1. Загальна характеристика оздоровчої фізичної культури 2. Ранкова гігієнічна гімнастика. 3. Оздоровчий біг 4. Стретчинг 5. Тренажери для оздоровчого тренування 	2
	Разом (год.)	30

4.2 План групових занять (денна форма)

№	Тема заняття / план	
1.	Тема 1. Фізичне виховання дітей раннього й дошкільного віку <ul style="list-style-type: none"> 1. Завдання й засоби фізичного виховання дітей раннього та дошкільного віку. 2. Вікові особливості фізичного розвитку й фізичної підготовленості дітей раннього й дошкільного віку. 3. Форми організації занять фізичними вправами з дітьми раннього й дошкільного віку. 	4

	Завдання для самоопрацювання: Методика проведення заняття з фізичної культури в дошкільному закладі. Сімейне фізичне виховання дітей раннього та дошкільного віку	
2.	Тема 2. Фізичне виховання учнів молодшого шкільного віку 1. Визначить мету, завдання фізичного виховання учнів молодшого шкільного віку 2. Зміст фізичного виховання учнів молодшого шкільного віку згідно концепції Нової української школи 3. Вікові особливості фізичного розвитку учнів молодшого шкільного віку Завдання для самоопрацювання. Методичні рекомендації щодо проведення фізичного виховання згідно вікових особливостей	2
3.	Тема 3. Методика навчання фізичних вправ на уроках фізичної культури учнів молодшого шкільного віку 1. Методика навчання основних рухів: навчання учнів організуючих та стройових вправ 2. Навчання ходьби та бігу 3. Проведення загальнорозвиваючих вправ 4. Навчання стрибків Завдання для самоопрацювання: Особливості методики проведення рухливих ігор с учнями початкової школи	2
4	Тема 4. Особливості фізичного виховання учнів середнього та старшого шкільного віку 1. Завдання й засоби фізичного виховання дітей середнього та старшого шкільного віку. 2. Вікові особливості фізичного розвитку й фізичної підготовленості учнів середнього шкільного віку. 3. Вікові особливості фізичного розвитку й фізичної підготовленості учнів старшого шкільного віку. Завдання для самоопрацювання: Методичні рекомендації щодо проведення фізичного виховання згідно вікових особливостей	2
5.	Тема 5. Методика проведення уроку з фізичної культури як основної форми фізичного виховання 1. Назвіть характерні риси уроку та загальні вимоги до нього 2. Типи уроків 3. Структура уроку, завдання та зміст кожної частини уроку з фізичної культури 4. Охарактеризуйте методи організації діяльності учнів на уроці. Привести приклади 5. Щільність уроку Завдання для самоопрацювання: Методика проведення хронометражу уроку з визначенням загальної та моторної щільності	4
6.	Тема 6. Диференційоване фізичне виховання 1. Зумовленість і значення диференційованого фізичного виховання. 2. Підходи до диференційованого фізичного виховання дітей і критерії диференціації 3. Особливості диференційованого фізичного виховання дітей із різним рівнем фізичного розвитку. 4. Особливості диференційованого фізичного виховання дітей із різним рівнем типом тілобудови.	4

	Завдання для самоопрацювання: Організація фізичного виховання на уроці з фізичної культури згідно диференційованого підходу	
7.	Тема 7. Особливості фізичного виховання дітей, які мають відхилення у стані здоров'я <ol style="list-style-type: none"> 1. Стан здоров'я дітей у сучасних умовах. 2. Оцінювання здоров'я дітей та їх розподіл на медичні групи для занять фізичними вправами. 3. Особливості застосування коригувальної гімнастики для профілактики порушень постави у школярів. 4. Підходи до організації уроків фізичної культури з учнями спеціальної медичної групи. 5. Загальні методичні рекомендації до проведення занять фізичними вправами з учнями спеціальної медичної групи Завдання для самоопрацювання: Розробити комплекси фізичних вправ для профілактики плоскостопості та формування правильної постави	4
8	Тема 8. Фізичне виховання студентської молоді та професійно-прикладна підготовка <ol style="list-style-type: none"> 1. Значення фізичного виховання у вищих закладах освіти 2. Завдання та зміст фізичного виховання студентів 3. Методичні основи та форми організації фізичного виховання у ВЗО 4. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів. Завдання самоопрацювання: Методичні рекомендації щодо організації професійно-прикладної підготовки студентів різних спеціальностей (на вибір)	4
9	Тема 9. Організація і методика проведення позакласної роботи в закладах освіти <ol style="list-style-type: none"> 1. Загальна характеристика позакласної роботи 2. Характеристика групових занять. 3. Свята фізичної культури. 4. Змагання. Класифікаційні та неklasифікаційні змагання. Завдання для самоопрацювання: Скласти положення та сценарій спортивно-масового заходу	2
10	Тема 10. Теоретико-методичні основи оздоровчої фізичної <ol style="list-style-type: none"> 1. Загальна характеристика оздоровчої фізичної культури 2. Ранкова гігієнічна гімнастика. 3. Оздоровчий біг 4. Стретчинг Тренажери для оздоровчого тренування Завдання для самоопрацювання: Особливості проведення фізкультурно-оздоровчої роботи в закладах освіти	2
	Разом (год.)	30

1.3. План лекцій (заочна форма)

№	Тема заняття / план	
1.	Тема 1. Фізичне виховання дітей раннього й дошкільного віку <ol style="list-style-type: none"> 1. Завдання й засоби фізичного виховання дітей раннього та дошкільного віку. 2. Вікові особливості фізичного розвитку й фізичної підготовленості дітей раннього й дошкільного віку. 	2

	3. Форми організації занять фізичними вправами з дітьми раннього й дошкільного віку.	
2.	Тема 2. Фізичне виховання учнів молодшого шкільного віку 1. Мета, завдання та зміст фізичного виховання учнів молодшого шкільного віку 2. Вікові особливості фізичного розвитку учнів молодшого шкільного віку	2
3.	Тема 4. Особливості фізичного виховання учнів середнього та старшого шкільного віку 1. Завдання й засоби фізичного виховання дітей середнього та старшого шкільного віку. 2. Вікові особливості фізичного розвитку й фізичної підготовленості учнів середнього шкільного віку. 3. Вікові особливості фізичного розвитку й фізичної підготовленості учнів старшого шкільного віку.	2
4.	Тема 5. Методика проведення уроку з фізичної культури як основної форми фізичного виховання 1. Характерні риси уроку та загальні вимоги до нього 2. Типологія уроків 3. Структура і зміст уроку з фізичної культури 4. Методи організації діяльності учнів 5. Дозування навантаження, щільність уроку	2
	Разом (год.)	8

1.4. План групових занять (заочна форма)

№	Тема заняття / план	
1.	Тема 1. Фізичне виховання дітей раннього й дошкільного віку 1. Завдання й засоби фізичного виховання дітей раннього та дошкільного віку. 2. Вікові особливості фізичного розвитку й фізичної підготовленості дітей раннього й дошкільного віку. 3. Форми організації занять фізичними вправами з дітьми раннього й дошкільного віку. Завдання для самоопрацювання: Методика проведення заняття з фізичної культури в дошкільному закладі. Сімейне фізичне виховання дітей раннього та дошкільного віку	2
2.	Тема 2. Фізичне виховання учнів молодшого шкільного віку 1. Визначить мету, завдання фізичного виховання учнів молодшого шкільного віку 2. Зміст фізичного виховання учнів молодшого шкільного віку згідно концепції Нової української школи 3. Вікові особливості фізичного розвитку учнів молодшого шкільного віку Завдання для самоопрацювання. Методичні рекомендації щодо проведення фізичного виховання згідно вікових особливостей	2
3	Тема 4. Особливості фізичного виховання учнів середнього та старшого шкільного віку 1. Завдання й засоби фізичного виховання дітей середнього та старшого шкільного віку. 2. Вікові особливості фізичного розвитку й фізичної підготовленості учнів середнього шкільного віку.	2

	3. Вікові особливості фізичного розвитку й фізичної підготовленості учнів старшого шкільного віку. Завдання для самоопрацювання: Методичні рекомендації щодо проведення фізичного виховання згідно вікових особливостей	
	Разом (год.)	6

1.5. Завдання для самостійної роботи

Обсяг самостійної роботи становить 60 годин (денна форма); 106 год. – заочна форма
Вказівки та пояснення до виконання завдань на самостійну роботу

1. Самостійне опрацювання додаткових джерел здійснюється відповідно до переліку наведеному у цій програмі.
2. Самостійна робота з літературою та електронними джерелами має знайти відображення в конспекті з курсу, а також в практичних роботах до виконання, контрольній роботі (заочна форма) та підсумковому контролі – екзамені.
3. Завдання для самостійної роботи відображаються в передбачених питаннях, що винесені на самоопрацювання здобувачами.

4.4. Забезпечення освітнього процесу

Вивчення навчальної дисципліни «Теорія та методика фізичного виховання» здобувачами у 2025/2026 навчальному році передбачає змішаний формат навчання: очний формат навчання в аудиторному фонді ЧНУ імені Петра Могили й дистанційний синхронний і дистанційний асинхронний форми навчання. Лекційний матеріал презентується як в аудиторії так і в форматі Zoom конференції, асинхронний формат передбачає ознайомлення з інформаційним матеріалом і виконання завдань здобувачами на освітньо-інформаційній платформі Moodle.

5. Підсумковий контроль

Питання до екзамену

1. Мета та завдання фізичного виховання дітей раннього віку.
2. Значення фізичного виховання для дітей віком від 1 до 3 років
3. Вікові особливості фізичного розвитку дітей раннього віку.
4. Засоби фізичного виховання дітей раннього віку
5. Особливості проведення рухливих ігор з дітьми раннього віку
6. Сімейне фізичне виховання дітей раннього віку
7. Мета та завдання фізичного виховання дітей дошкільного віку.
8. Вікові особливості фізичного розвитку й фізичної підготовленості дітей дошкільного віку.
9. Форми організації занять фізичними вправами з дітьми раннього віку.
10. Вимоги до організації рухового режиму дітей раннього віку
11. Форми організації занять фізичними вправами з дітьми дошкільного віку.
12. Структура та зміст проведення заняття з фізичного виховання в дошкільному виховному закладі.
13. Фізкультурно-оздоровчі форми проведення фізичного виховання в дошкільному виховному закладі.
14. Особливості проведення рухливих ігор з дітьми дошкільного віку
15. Мета та завдання фізичного виховання учнів молодшого шкільного віку
16. Зміст фізичного виховання учнів молодшого шкільного віку
17. Вікові особливості фізичного розвитку учнів молодшого шкільного віку
18. Навчальна програма з фізичної культури для учнів 1-4 класів
19. Особливості проведення уроку з фізичної культури учнів початкової школи
20. Методика проведення фізкультхвилинок і фізкультпауз
21. Методика проведення динамічних перерв
22. Методика проведення годин здоров'я

23. Методика навчання фізичних вправ на уроках фізичної культури учнів молодшого шкільного віку: навчання учнів організуючих та стройових вправ
24. Методика навчання фізичних вправ на уроках фізичної культури учнів молодшого шкільного віку: навчання ходьби та бігу
25. Методика навчання фізичних вправ на уроках фізичної культури учнів молодшого шкільного віку: проведення загальнорозвиваючих вправ
26. Методика навчання фізичних вправ на уроках фізичної культури учнів молодшого шкільного віку: навчання стрибків
27. Особливості методики проведення рухливих ігор с учнями початкової школи
28. Мета та завдання фізичного виховання учнів середнього шкільного віку.
29. Мета та завдання фізичного виховання учнів старшого шкільного віку.
30. Засоби фізичного виховання учнів середнього шкільного віку
31. Засоби фізичного виховання учнів старшого шкільного віку
32. Форми фізичного виховання учнів середнього та старшого шкільного віку
33. Вікові особливості фізичного розвитку учнів середнього шкільного віку.
34. Вікові особливості фізичної підготовленості учнів середнього шкільного віку.
35. Вікові особливості фізичного розвитку учнів старшого шкільного віку.
36. Вікові особливості фізичної підготовленості учнів старшого шкільного віку.
37. Методичні рекомендації щодо проведення фізичного виховання згідно вікових особливостей учнів середнього шкільного віку.
38. Методичні рекомендації щодо проведення фізичного виховання згідно вікових особливостей учнів старшого шкільного віку.
39. Модельна навчальна програма з фізичної культури (5-9 класи)
40. Характеристика варіативних модулів Модельної навчальної програми
41. Характерні риси уроку фізичної культури
42. Дидактична спрямованість уроків фізичної культури
43. Загальні вимоги до організації та проведення уроків з фізичної культури
44. Типологія уроків з фізичної культури
45. Структура уроку з фізичної культури
46. Завдання та зміст підготовчої частини уроку з фізичної культури
47. Завдання та зміст основної частини уроку з фізичної культури
48. Завдання та зміст заключної частини уроку з фізичної культури
49. Методи організації діяльності учнів на уроці.
50. Щільність уроку фізичної культури
51. Методика проведення хронометражу уроку
52. Методика визначення загальної та моторної щільності
53. Зумовленість і значення диференційованого фізичного виховання.
54. Підходи до диференційованого фізичного виховання дітей і критерії диференціації
55. Особливості диференційованого фізичного виховання дітей із різним рівнем фізичного розвитку.
56. Особливості диференційованого фізичного виховання дітей із різним рівнем типом тілобудови.
57. Особливості диференційованого фізичного виховання дітей із різним станом здоров'я.
58. Організація фізичного виховання на уроці з фізичної культури згідно диференційованого підходу
59. Індивідуальний підхід у фізичному вихованні
60. Стан здоров'я дітей, організація фізичного виховання в сучасних умовах.
61. Оцінювання здоров'я дітей та їх розподіл на медичні групи для занять фізичними вправами.
62. Особливості застосування коригувальної гімнастики для профілактики порушень постави у школярів.

63. Особливості застосування коригувальної гімнастики для профілактики плоскостопості у школярів.
64. Підходи до організації уроків фізичної культури з учнями спеціальної медичної групи.
65. Загальні методичні рекомендації до проведення занять фізичними вправами з учнями спеціальної медичної групи
66. Значення фізичного виховання у вищих закладах освіти
67. Мета та завдання фізичного виховання студентів
68. Зміст фізичного виховання студентів.
69. Методичні основи фізичного виховання у вищих закладах освіти
70. Форми організації фізичного виховання у вищих закладах освіти
71. Основна форма організації фізичного виховання студентів
72. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів.
73. Значення професійно-прикладної фізичної підготовки для майбутньої професії
74. Професіограма та її значення для професійно-прикладної фізичної підготовки студентів
75. Позакласна робота як організаційна форма фізичного виховання в школі
76. Групові заняття в процесі позакласної роботи
77. Години здоров'я та методика проведення
78. Проведення змагань в школі. Положення про змагання
79. Класифікаційні та некласифікаційні змагання
80. Методика проведення некласифікаційних змагань
81. Спортивно-масова робота в школі, методика проведення.
82. Планування спортивно-масових заходів в школі
83. Загальна характеристика оздоровчої фізичної культури
84. Ранкова гігієнічна гімнастика та методика її проведення.
85. Характеристика основних засобів оздоровчої фізичної культури
86. Оздоровчий біг та його значення для здоров'я учня
87. Тренажери для оздоровчого тренування
88. Оцінка фізичної підготовленості людини
89. Оцінка фізичного розвитку учнів
90. Особливості проведення фізкультурно-оздоровчої роботи в закладах освіти

Зразок білету для екзамену

Чорноморський національний університет імені Петра Могили
Факультет фізичного виховання та спорту
Кафедра

Освітня компонента “Теорія і методика фізичного виховання”
Освітньо-кваліфікаційний рівень - перший (бакалаврський)
Освітньо-професійна програма – Середня освіта (Фізична культура)

ЕКЗАМЕНАЦІЙНИЙ БІЛЕТ № 0

1. Завдання й засоби фізичного виховання дітей раннього та дошкільного віку.
2. Характерні риси уроку та загальні вимоги до нього
3. Розробіть комплекс вправ для профілактики порушень постави на уроці з фізичної культури для учнів молодшого шкільного віку

Затверджено на засіданні
Кафедри
Протокол № __ від _____

Завідувач кафедри

Контрольна робота (заочна форма навчання)

Варіант №1

1. Завдання, засоби та форми фізичного виховання дітей раннього та дошкільного віку.
2. Особливості розвитку основних рухів у дошкільному віці.
3. Принципи добору вправ та їх дозування для дітей молодшого дошкільного віку.
4. Розробіть фрагмент заняття з фізичного виховання у старшій групі дошкільного закладу з метою розвитку координації рухів.
Укажіть: мету та завдання; засоби; послідовність вправ; методичні вказівки.

Варіант №2

1. Характеристика фізичного виховання учнів молодшого шкільного віку.
2. Вікові особливості розвитку рухових якостей молодших школярів.
3. Значення ігрового методу в навчанні фізичних вправ дітей 6–10 років
4. Розробіть урок фізичної культури для учнів 3 класу на тему: «Розвиток спритності засобами рухливих ігор». Вкажіть мету, завдання, структуру уроку та коротку характеристику ігор.

Варіант №3

1. Зміст і методика навчання фізичних вправ у середній школі.
2. Етапи формування рухових навичок у школярів.
3. Роль учителя у створенні мотивації до занять фізичною культурою.
4. Розробіть конспект уроку з легкої атлетики для учнів 7 класу (тема: «Стрибки у довжину з розбігу»). Вкажіть: мету, завдання, хід уроку, методику навчання, контрольні вправи

Варіант №4

1. Поняття «диференційоване фізичне виховання школярів».
2. Критерії розподілу учнів на медичні групи.
3. Методичні рекомендації щодо проведення занять зі спеціальною медичною групою.
4. Складіть план-конспект заняття для учнів спеціальної медичної групи (9 клас) з урахуванням вікових і фізичних особливостей дітей. Укажіть: тип заняття, мету, завдання, послідовність вправ, методичні рекомендації.

Варіант №5

1. Сутність та завдання оздоровчої фізичної культури.
2. Форми організації оздоровчих занять у студентської молоді.
3. Особливості професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх фахівців.
4. Розробіть індивідуальну програму оздоровчих занять для студентів (3 рази на тиждень протягом місяця) із урахуванням гігієнічних і психологічних чинників.
Вкажіть: мету, засоби, режим навантаження, контрольні критерії ефективності.

6. Критерії оцінювання та засоби діагностики результатів навчання

Контроль успішності здобувача вищої освіти здійснюється з використанням методів і засобів, що визначені в ЧНУ ім. П. Могили. Академічні успіхи здобувача вищої освіти оцінюються за шкалою, яка застосована в ЧНУ імені Петра Могили з переведенням оцінок до національної шкали та шкали ECTS.

Система накопичення балів з освітньої компоненти

Денна форма

5 семестр

30 год. л./ 30 год. пр.

Практичні роботи 15 х 4 б. = 60 балів

Екзамен - 40 балів

5 семестр
30 год. л./ 30 год. пр.
Практичні роботи 15 х 4 б. = 60 балів
Екзамен - 40 балів

Всього: мах 100 балів

Система накопичення балів з освітньої компоненти

Заочна форма

8 триместр

8 год. л./ 6 год. пр.

Практичні роботи 3 x 10 б. = 30 балів

Контрольна робота -30 балів

Екзамен - 40 балів

Всього: мах 100 балів

Критерії оцінювання навчальних досягнень здобувачів на практичних (групових) заняттях – денна форма

Бали	Критерії оцінювання
4	Здобувач виявляє глибокі знання, виконує всі практичні завдання без помилок, демонструє ініціативність
3	Матеріал засвоєно, окремі незначні неточності, робота логічна та послідовна
2	Є прогалини у знаннях, часткове виконання практичних завдань, недостатня активність.
1	Немає підготовки, завдання виконані частково або з грубими помилками

Критерії оцінювання навчальних досягнень здобувачів на практичних (групових) заняттях – заочна форма

Бали	Критерії оцінювання
9-10	Здобувач виявляє глибокі знання, виконує всі практичні завдання без помилок, демонструє ініціативність
7-8	Матеріал засвоєно з окремими незначними неточностями, практична робота виконана логічна та послідовна
5-6	Матеріал засвоєно, але в незначних прогалинах у знаннях, часткове виконання практичних завдань, недостатня активність.
3-4	Матеріал засвоєно із значними прогалинами, часткове виконання практичних завдань, недостатня активність
1-2	Здобувач не демонструє належну підготовку, завдання виконані частково або з грубими помилками

Критерії оцінювання контрольної роботи – заочна форма

Бали	Критерії оцінювання
27-30	Повне розкриття теми, логічна структура викладення матеріалу, правильна методика, аргументація на високому рівні.
22-26	Матеріал розкрито в основному без помилок, незначні неточності в аргументації або оформленні.
16-21	Є окремі прогалини у викладенні матеріалу, неповне розкриття теми, часткове недотримання структури або методики.
0-15	Тема розкрита фрагментарно, багато помилок, відсутній аналіз або практична частина

Критерії оцінювання підсумкового контролю - екзамен

Бали	Критерії оцінювання
35-40	Відповідь повна, науково обґрунтована, охоплює всі структурні елементи питання; використано професійну термінологію; зроблено логічні висновки; немає помилок. Здобувач вміло пояснює методичні підходи, аргументує рішення, застосовує знання до практичних ситуацій, демонструє системне мислення.
25-34	Відповідь достатньо повна, можливі незначні неточності; демонструється розуміння матеріалу та вміння пояснити його. Пояснення здебільшого правильні, але частково недостатньо аргументовані; є неточності у прикладах.
15-24	Відповідь неповна або фрагментарна; допущено помилки в термінології чи структурі; відчутні прогалини у знаннях. Є труднощі у застосуванні знань; пояснення поверхневі; приклади неповні або частково неправильні.
1-14	Матеріал не розкрито; здобувач не володіє змістом питання; відповідь поверхнева або відсутня, не містить практичного обґрунтування.

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів /Local grade	Оцінка ECTS		Оцінка за національною шкалою/National grade
90 – 100	A	Excellent	Відмінно
82-89	B	Good	Добре
75-81	C		
67-74	D	Satisfactory	Задовільно
60-66	E		
35-59	FX	Fail	Незадовільно з можливістю повторного складання
1-34	F		Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

Відмінно А – здобувач має глибокі міцні і системні знання з усього курсу, що містяться в основних і додаткових рекомендованих літературних джерелах; вміє аналізувати явища, які вивчаються, у їхньому взаємозв'язку і розвитку, чітко і лаконічно; логічно і послідовно відповідає на поставлені запитання; вміє застосовувати теоретичні положення під час розв'язання практичних завдань;

Добре В - здобувач має глибокі міцні ґрунтовні знання, використовує практичні навички, але може допустити неточності в формулюванні, незначні помилки в наведених прикладах.

Добре С - здобувач знає програмний матеріал у повному обсязі, але не вміє поєднувати теоретичні і практичні аспекти змістовного матеріалу. Відповідь його повна, логічна, але з деякими неточностями.

Задовільно D - здобувач відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння необхідності поєднання теорії і практики, але допускає неточності в теоретичних та методичних аспектах, відповіді неповні, серед яких є значна кількість суттєвих.

Задовільно E - здобувач має базовий рівень знань, володіє необхідними вміннями та практичними навичками для вирішення стандартних завдань; виявляє розуміння лише основних положень навчального матеріалу; здатний, з помилками та з додатковими питаннями, сформулювати визначення понять та категорій.

Незадовільно FX - здобувач мало усвідомлює мету навчально-пізнавальної діяльності; слабо орієнтується в поняттях, визначеннях, не пов'язує теорію і практику фізичної культури в єдину структуру.

Незадовільно F - здобувач не володіє необхідними знаннями, уміннями, навичками та науковими термінами, не використовує практичні уміння і навички, демонструє низький рівень теоретико-методичних знань та вмінь.

7.Рекомендовані джерела інформації

Основна література:

1. Арєф'єв В.Г, Єдинак Г.А.. Фізична культура в школі: навчальний посібник для студентів навчальних закладів II- IV рівнів акредитації. Кам'янець-Подільський: Абетка-НОВА, 2002. 384 с.
2. Вільчковський Е.С., Курок О.І. Теорія та методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: навч. посібник. Суми: ВТД «Університетська книга», 2005. 428с
3. Папуша В. Г. Теорія і методика фізичного виховання у схемах і таблицях. Тернопіль: підручники і посібники, 2011.128с.
4. Сергієнко Л. П. Практикум з теорії та методики фізичного виховання: [навчальний посібник]. Харків: «ОВС», 2007. 271 с.
5. Теорія і методика фізичного виховання: в 2-х томах. / Под ред. Т. Ю. Круцевич. К.: Олімпійська література, 2008. 391 с.
6. Худолій О. М. Загальні основи теорії та методики фізичного виховання: навч. посібник. Харків: ОВС, 2007. 406 с.
7. Черненко, С. О. Теорія і методика фізичного виховання: навчальний посібник: у 2 частинах. Краматорськ : ДДМА, 2022. Частина 2. 228 с.

Додаткова література:

1. Городинська І.В. Фізичне виховання старшокласників ліцеїв і гімназій у позакласній роботі: монографія. Херсон: Видавництво ХДУ, 2006. 176с.
2. Куц О. С., Романова В.І. Інтенсифікація формування знань з теорії і методики фізичного виховання учнівської молоді : [навч. посіб.]. Рівне: О. Зень, 2017. 384 с.
3. Нова українська школа: методика навчання фізичної культури у 1–4 класах закл. заг. сер. освіти : навч.-метод. посіб. / А. А. Боляк, Г. А. Коломоєць, А. А. Ребрина, Н. Л. Боляк. К.: Видавничий дім «Освіта», 2021. 160 с.
4. Нова українська школа: poradnik для вчителя / за заг. ред. Н. М. Бібик. Київ : Літера ЛТД, 2018. 160 с.
5. Онищук С. Нова фізична культура в новій українській школі. Сучасні проблеми фізичного виховання, спорту та здоров'я людини. Матер VI Всеукр.інтер-конф. 2022. С.133-135.
6. Пашенко Н., Помещикова І., Мерзлікін М., & Асеева Я. Рухливі ігри в рекреаційній руховій активності молоді. Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор та одноборств у закладах вищої освіти. Збірник статей XV наукової конференції 12 лютого 2020 р., Харків. 2020. С. 119-123.
7. Пасічник В., Мельник В. Рекреаційні ігри: навч. посібник. 2019. Львів. ЛДУФ

Інтернет-ресурси:

1. Інструктивно-методичні рекомендації щодо організації освітнього процесу та викладання навчальних предметів у закладах загальної середньої освіти у 2022/2023 навчальному році. Лист Міністерства освіти і науки України від 19.08.2022 № 1/9530-22. URL: <http://surl.li/adnkb>
2. Нова українська школа. URL: <https://mon.gov.ua/ua/tag/nova-ukrainska-shkola>

3. Нова українська школа. Концептуальні засади реформування середньої школи.
URL: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/nova-ukrainskashkola-compressed.pdf>