

**ДЕРЖАВНИЙ ЗАКЛАД «ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ
ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ К. Д. УШИНСЬКОГО»**

**Кафедра теорії і методики фізичної культури
та спортивних дисциплін**

Дразіна Є. В.

**МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ
ДО ПРОВЕДЕННЯ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ ТА
ОРГАНІЗАЦІЇ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ
З НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
«СУЧАСНІ ПРОБЛЕМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
ТА МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ У ЗВО»**

*для здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти
Галузь знань 01 Освіта/Педагогіка
спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура)*

УДК: 378:37.011.3 - 0.51:37.016:796.2 (072)

Рекомендовано до друку вченою радою

Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського» (протокол № 12 від 25 травня 2023 р.)

Рецензенти:

І. Л. Ганчар – доктор педагогічних наук, професор кафедри фізичного виховання і спорту Національного університету «Одеська політехніка».

С. О. Ігнатенко – доцент кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського».

Дразіна Є. В.

Методичні рекомендації проведення практичних занять та організації самостійної роботи з навчальної дисципліни: «Сучасні проблеми фізичної культури та методика викладання у ЗВО»: методичні рекомендації. Одеса : Університет Ушинського, 2023. 30 с.

Методичні рекомендації до проведення практичних занять та організації самостійної роботи з навчальної дисципліни «Сучасні проблеми фізичної культури та методика викладання у ЗВО» містять плани проведення, зміст практичних занять та самостійної роботи здобувачів вищої освіти, питання до заліку, приблизну тематику індивідуального навчально-дослідного завдання та методичні рекомендації щодо їх виконання.

Рекомендовано для здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) з метою закріплення, поглиблення й узагальнення знань, одержаних під час навчання.

© Університет Ушинського, 2023

© Дразіна Є. В.

ЗМІСТ

1.	Пояснювальна записка.....	4
2.	Зміст навчальної дисципліни.....	6
2.1	Теми лекційних занять.....	6
2.2	Методичні рекомендації до проведення практичних занять.....	9
2.3	Методичні рекомендації до організації самостійної роботи.....	15
3.	Індивідуальне навчально-дослідне завдання.....	20
4.	Критерії оцінювання.....	22
5.	Питання до самоконтролю.....	27
6.	Список рекомендованої літератури.....	29

1. ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Сучасні проблеми фізичної культури та методики викладання у ЗВО полягають у питаннях забезпечення підвищення та підтримки на певному, заданому рівні функціональних можливостей організму людини за рахунок визначеної системи впливу, процесу управління адаптивним функціонуванням організму людини. Вивчення дисципліни спрямовано на отримання знань стосовно задоволення потреб окремих людей та суспільства в цілому у формуванні всебічно розвинутої людини, сприяння підвищенню життєдіяльності; зміцнення здоров'я тих хто займається, підвищення опірності організму до несприятливих факторів зовнішнього середовища; підвищення функціональних можливостей організму до необхідного, належного рівня розвитку фізичних якостей; оволодіння руховими вміннями та навичками, що забезпечують небезпечну життєдіяльність; повідомлення необхідних знань в галузі фізичної культури та навчання прикладному їх використанню по удосконаленню свого організму; формування мотиваційних установок тих, хто займається на фізичне та духовне вдосконалення; формування світогляду, етичне виховання: повага до людини, повага до своєї Батьківщини, своєї професії, самого себе.

Метою навчальної дисципліни «Сучасні проблеми фізичної культури та методика викладання у ЗВО» є забезпечення опанування знаннями здобувачами сучасних аспектів і тенденцій розвитку в теорії і методиці фізичної культури. Формування мотивації щодо використання знань у подальшій професійній діяльності.

Реалізація мети забезпечує досягнення результатів навчання за програмою дисципліни завдяки відповідному навчальному змісту.

Основні завдання дисципліни «Сучасні проблеми фізичної культури та методика викладання у ЗВО» полягають у формуванні готовності до:

- впровадження у практичну діяльність системи знань про особливості застосування фізичної культури та методики викладання у ЗВО;

- ознайомлення з основними поняттями про фізичну культуру та методику викладання у ЗВО;

- оволодіння навичками впровадження фізичної культури та методики викладання у ЗВО.

Очікувані результати вивчення дисципліни.

знати :

- нові підходи в цілях, завданнях, загальних принципах, засобах і методах формування фізичної культури особистості;

- сучасні аспекти змісту і методики навчання руховим діям та формування фізичних здібностей;

- актуальні форми побудови занять фізичною культурою і спортом;

- види планування, контролю і обліку під час занять фізичною культурою і спортом;

- особливості використання фізичної культури у різні періоди життя людини;

- сутність спортивного тренування;

- мету, завдання, специфічні принципи, зміст, побудову та технології планування і контролю в спортивному тренуванні;

- місце спорту в системі фізичної культури;

- основні функції та особливості спортивних змагань;

вміти:

- використовувати отриманні знання на практиці при вирішенні навчальних і професійних завдань;

- підбирати на практиці і використовувати найефективніші методи навчання на уроках фізичної культури при розучуванні конкретних рухових дій;

- планувати, контролювати і проводити облік в процесі занять фізичними вправами.

ОПАНОВУЮЧИ ЗМІСТ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ ЗДОБУВАЧ ПОВИНЕН ДОТРИМУВАТИСЯ ПРИНЦИПІВ АКАДЕМІЧНОЇ ДОБРОЧЕСНОСТІ:

- сумлінно, вчасно й самостійно (крім випадків, які передбачають групову роботу) виконувати навчальні завдання, завдання проміжного та підсумкового контролю;
- бути присутнім на всіх навчальних заняттях, окрім випадків, викликаних поважними причинами;
- ефективно використовувати час на навчальних заняттях для досягнення навчальних цілей, не марнуючи його на зайві речі;
- сумлінно виконувати завдання з самостійної роботи, користуватися інформацією з надійно перевірених джерел, опрацьовувати запропоновані та додаткові літературні джерела та Інтернет-ресурси.

2. ЗМІСТ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

2.1 ТЕМИ ЛЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ

Змістовий модуль І. Сучасні аспекти формування фізичної культури особистості.

Тема 1. Методи формування фізичної культури особистості. Сучасні уявлення о класифікації методів. Вихідні поняття: «метод», «методичний прийом», «методика», «методичний підхід», «методичне направлення».

Загальні вимоги до вибору методів. Методи, спрямовані на здобуття знань. Методи, спрямовані на оволодіння руховими навичками та вміннями. Методи, спрямовані на вдосконалення рухових навичок та розвиток фізичних здібностей.

Тема 2. Методичні принципи занять фізичними вправами. Зміст і характеристика методичних принципів. Принципи свідомості та активності. Принцип наочності. Принципи доступності та індивідуалізації. Принцип систематичності. Характеристика принципів, що виражають специфічні закономірності занять фізичними вправами. Принцип безперервності. Принцип

прогресування впливів. Принцип циклічності. Принцип вікової адекватності педагогічного впливу.

Тема 3. Виховання особистісних якостей в галузі фізичної культури. Роль і місце фізичної культури в формуванні особистісних якостей. Завдання, зміст і шляхи патріотичного, морального, правового та естетичного виховання на заняттях в галузі фізичної культури. Особистість викладача, вимоги до його професійних здібностей, підготовленості і майстерності.

Тема 4. Форми побудови занять фізичними вправами. Загальна характеристика форм побудови занять. Класифікація занять урочного типу. Зміст занять урочного типу. Побудова (структура) занять урочного типу. Загальна характеристика занять неурочного типу.

Тема 5. Планування, контроль і облік в процесі занять фізичними вправами. Поняття про планування, його види і зміст. Поняття контролю та обліку. Вимоги до контролю та обліку. Види, зміст та основи методики контролю та обліку. Документація контролю та обліку.

Змістовий модуль II. Теорія і методика фізичної культури в різні періоди життя людини

Тема 6. Фізична культура в системі виховання дітей дошкільного віку. Соціально-педагогічне значення фізичного виховання. Вікова періодизація дітей дошкільного віку. Особливості методики занять фізичними вправами. Форми занять фізичними вправами.

Тема 7. Фізична культура в системі виховання дітей шкільного віку. Соціально-педагогічне значення фізичної культури дітей шкільного віку. Типові вікові особливості. Мета, завдання і спрямованість фізичної культури дітей шкільного віку. Форми занять фізичними вправами. Особливості розвитку фізичних здібностей. Система планування фізичного виховання в школі. Перевірка і оцінка успішності на уроках фізичної культури.

Тема 8. Фізична культура в середніх спеціальних закладах і закладах вищої освіти. Зміст і функції фізичної культури студентів в структурі професійної освіти. Програмно-нормативне, організаційне й ресурсне

забезпечення фізкультурної освіти студентів. Особливості методики занять фізичними вправами в навчальних відділах ЗВО. Фізична культура в побуті студентів та канікулярний час. Специфіка діяльності викладача фізичного виховання в середніх спеціальних і вищих навчальних закладах.

Тема 9. Особливості фізичної культури дорослого населення. Основні фактори і умови, визначаючі фізичну культуру дорослого населення. Підготовче і рекреаційне напруження фізичної культури дорослого населення.

Змістовий модуль III. Теорія і методика спорту

Тема 10. Спорт в системі фізичної культури. Виникнення і стан сучасного спорту. Соціальні функції спорту. Класифікація спорту. Підготовка спортсменів як багатокomпонентний процес.

Тема 11. Спортивні змагання як функціональне і структурне ядро спорту. Поняття «спортивні змагання». Основні функції і особливості спортивних змагань. Загальна структура спортивних змагань. Спортивні результати – специфічний і інтегральний продукт змагальної діяльності, критерії їх вимірювання і оцінки. Класифікація спортивних досягнень. Порівняльна характеристика деяких видів спорту, що розрізняються за результатами змагальної діяльності.

Тема 12. Спортивне тренування – ціль, задачі, засоби, загальні і спеціальні принципи. Ціль, задачі і характерні риси спортивного тренування. Засоби спортивного тренування. Загальні і спеціальні принципи спортивного тренування.

Тема 13. Підготовка спортсмена в процесі тренувань. Технічна підготовка. Фізична підготовка. Тактична підготовка. Психологічна підготовка спортсмена. Інтелектуальна підготовка. Інтегральна підготовка.

2.2 МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО ПРОВЕДЕННЯ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

№ теми	Назва теми Форма заняття
1	<i>Дискусія «Методи формування фізичної культури особистості».</i>
2	<i>Вирішення практичних завдань «Методичні принципи занять фізичними вправами».</i>
3	<i>Дискусія «Виховання особистісних якостей в галузі фізичної культури».</i>
4	<i>Дискусія «Форми побудови занять фізичними вправами».</i>
5	<i>Тренінг «Планування, контроль і облік в процесі занять фізичними вправами».</i>
6	<i>Тренінг «Фізична культура в системі виховання дітей дошкільного віку».</i>
7	<i>Тренінг «Фізична культура в системі виховання дітей шкільного віку».</i>
8	<i>Тренінг «Фізична культура в середніх спеціальних закладах і закладах вищої освіти».</i>
9	<i>Тренінг «Особливості фізичної культури дорослого населення».</i>
10	<i>Вирішення практичних завдань «Спорт в системі фізичної культури».</i>
11	<i>Вирішення практичних завдань «Спортивні змагання як функціональне і структурне ядро спорту».</i>
12	<i>Тренінг «Спортивне тренування – ціль, задачі, засоби, загальні і спеціальні принципи».</i>
13	<i>Тренінг «Підготовка спортсмена в процесі тренувань».</i>

ПЛАНІ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

Тема 1. Дискусія «Методи формування фізичної культури особистості».

Питання до обговорення:

1. Роль та місце фізичної культури у формуванні особистості.
2. Особливості виховання моральних якостей у процесі фізичного виховання.

Практичне завдання:

1. Визначте, що включає в себе моральне виховання у процесі фізичного виховання.
2. Назвіть, що включає в себе інтелектуальне виховання у процесі фізичного виховання.

Тема 2. Вирішення практичних завдань «Методичні принципи занять фізичними вправами».

Питання до обговорення:

1. Які загальні принципи фізичного виховання?
2. Визначте педагогічні принципи фізичного виховання.
3. Які специфічні принципи фізичного виховання.

Практичне завдання:

1. Опишіть спільні і відмінні принципи фізичного виховання.
2. Привести приклади педагогічних принципів фізичного виховання.
3. Привести специфічні принципи фізичного виховання.

Тема 3. Дискусія «Виховання особистісних якостей в галузі фізичної культури».

Питання до обговорення:

1. Завдання, зміст і шляхи патріотичного, морального виховання та правового.
2. Естетичне виховання у сфері фізичної культури.
3. Особистість викладача фізичного виховання, вимоги до його професійної майстерності.

Практичне завдання:

1. Назвіть принципи виховуючого характеру навчання: завдання, шляхи реалізації.
2. Визначте поняття свідомості, мотиви, ідеомоторне тренування, реалізація принципу активності навчання. Вікова адекватність направленості фізичного виховання.

Тема 4. Дискусія «Форми побудови занять фізичними вправами».

Питання до обговорення:

1. Охарактеризуйте загальні форми організації занять.
2. Урочні форми організації занять.
3. Загальна характеристика занять позаурочного типу.

Практичне завдання:

1. Надайте рекомендації для кожного уроку.
2. Визначте три основних метода організації учнів.
3. Надайте визначення неурочним формам занять

Тема 5. Тренінг «Планування, контроль і облік в процесі занять фізичними вправами».

Питання до обговорення:

1. Поняття планування, його види та зміст.
2. Поняття контролю в процесі фізичного виховання.
3. Значення контролю, його види та зміст.

Практичне завдання:

1. Визначте умови процесу складання плану навчально-виховного процесу з фізичного виховання.
2. Охарактеризуйте провідні чинники в здійсненні педагогічного контролю.
3. Оцініть рівень підготовки документів контролю і обліку процесу занять з фізичного виховання.
4. Назвіть об'єктивні і суб'єктивні показники самоконтролю.

Тема 6. Тренінг «Фізична культура в системі виховання дітей дошкільного віку».

Питання до обговорення:

1. Аналіз факторів, що впливають на стан здоров'я дитини.
2. Визначити засоби фізичного виховання дітей дошкільного віку.
3. Вивчення правового та нормативного забезпечення фізичного виховання дітей дошкільного віку.

3. Аналіз вікових особливостей дітей дошкільного віку.

Практичне завдання:

1. Пропонуйте прийоми спецметодики дошкільного виховання.
2. Продемонструйте методи навчання: словесні, наочні, практичні.
3. Проаналізувати завдання і засоби фізичного виховання.

Тема 7. Тренінг «Фізична культура в системі виховання дітей шкільного віку».

Питання до обговорення:

1. Аналіз цілей і завдань фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку.
2. Аналіз цілей і завдань фізичного виховання дітей середнього шкільного віку.
3. Аналіз, цілей і завдань фізичного виховання дітей старшого шкільного віку.
4. Аналіз організації, діяльності, яка спрямована на фізичне виховання дітей.
5. Формування знань у процесі фізичного виховання, виховання звички до занять фізичною культурою.

Практичне завдання:

1. Визначте групи формування і вдосконалення життєво важливих рухових умінь і навичок школярів.
2. Сформулюйте необхідні знання в галузі фізичної культури і спорту.
3. Рішення задач в діяльності педагога з фізичної культури щодо створення необхідних передумов до самостійних фізкультурних занять учнів.

Тема 8. Тренінг «Фізична культура в середніх спеціальних закладах і закладах вищої освіти».

Питання до обговорення:

1. Аналіз цілей і завдань фізичного виховання студентів.
2. Визначити завдання позанавчальної роботи з ФВ зі студентами.
3. Вивчення особливостей організації процесу ФВ студентів.

4. Аналіз організації навчальних занять з ФВ в навчальних відділеннях ЗВО.

5. Аналіз організації і зміст роботи кафедри ФВ ЗВО.

Практичне завдання:

1. Чому сприяє фізичне виховання студентів.

2. На які відділення поділяються студенти для проведення практичних занять з фізичного виховання?

3. Які студенти зараховуються до основного відділення для занять фізичним вихованням?

4. Які студенти зараховуються до спеціального медичного відділення для занять фізичним вихованням?

5. Хто з посадових осіб є відповідальним за організацію процесу фізичного виховання студентів в ЗВО?

Тема 9. Тренінг «Особливості фізичної культури дорослого населення».

Питання до обговорення:

1. Доведіть специфіку, завдання, форми організації, засобів і методів фізичного виховання різних контингентів дорослого населення.

Практичне завдання:

1. Сформулюйте мету та завдання ФВ дорослого населення.

2. Визначте основні напрямки ФВ дорослого населення.

3. Як розподіляються дорослі на групи для занять фізичними вправами?

Тема 10. Вирішення практичних завдань «Спорт в системі фізичної культури».

Питання до обговорення:

1. Мета та завдання розвитку фізичної культури і спорту.

2. Фізичне виховання та масовий спорт (спорт для всіх) у формуванні здорового способу життя.

Практичне завдання:

1. Складовою яких процесів є фізичне виховання і масовий спорт?

2. Що покладено в основу змісту і обсягу занять з фізичного виховання і спорту?

3. Які чинники визначають зміст і обсяг занять з фізичного виховання і спорту?

Тема 11. *Вирішення практичних завдань* «Спортивні змагання як функціональне і структурне ядро спорту».

Питання до обговорення:

1. З'ясувати спортивні змагання як невід'ємну частину технологій оздоровчо-рекреаційної рухової активності.

2. Вивчити організацію і проведення спортивних змагань.

3. Назвіть основи суддівства.

Практичне завдання:

1. Які зміни вносяться за результатами змагань у навчально-тренувальний процес з оздоровчо-рекреаційних форм рухової активності?

2. На який термін складається календарний план спортивних заходів?

3. В залежності від напрямку (мети), на які види поділяються змагання?

4. На підставі якого документу складається Програма змагань?

5. Ким затверджується положення про змагання?

6. Що включає в себе етап підготовки спортивних змагань?

7. Яким чином проходить відкриття змагань?

8. Який документ складають по завершенню змагань головний суддя та суддя-секретар?

9. Суддівство повинно проводитися у суворій відповідності до якого головного документу?

Тема 12. *Тренінг* «Спортивне тренування – ціль, задачі, засоби, загальні і спеціальні принципи».

Питання до обговорення:

1. Охарактеризуйте загальну схему сучасної підготовки спортсменів.

Практичне завдання:

1. Дайте характеристику закономірностям та принципам спортивного тренування.

Тема 13. Тренінг «Підготовка спортсмена в процесі тренувань».

Питання до обговорення:

Доведіть специфіку, завдання, форми організації, засобів і методів підготовки спортсмена в процесі тренувань.

Практичне завдання:

1. Визначте мету та завдання спортивної підготовки.
2. Надайте характеристику засобам спортивної підготовки.
3. Назвіть методи спортивної підготовки.
4. Охарактеризуйте методи, спрямовані примусово на освоєння спортивної техніки.
5. Визначте методи, спрямовані примусово на розвиток фізичних якостей.
6. Надайте характеристику специфічним принципам спортивної підготовки.

2.3 МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО ОРГАНІЗАЦІЇ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

Тема 1. Дискусія «Методи формування фізичної культури особистості».

Питання до самостійної роботи:

Методи формування фізичної культури особистості.

Сучасні уявлення о класифікації методів.

Вихідні поняття: «метод», «методичний прийом», «методика», «методичний підхід», «методичне направилення».

Завдання до самостійної роботи:

Схарактеризувати загальні вимоги до вибору методів.

Визначте методи, спрямовані на здобуття знань, методи, спрямовані на оволодіння руховими навичками та вміннями, методи, спрямовані на вдосконалення рухових навичок та розвиток фізичних здібностей.

Тема 2. Вирішення практичних завдань «Методичні принципи занять фізичними вправами».

Питання до самостійної роботи:

Принципи свідомості та активності.

Принцип наочності.

Принципи доступності та індивідуалізації.

Принцип систематичності.

Характеристика принципів, що виражають специфічні закономірності занять фізичними вправами.

Принцип безперервності.

Принцип прогресування впливів.

Принцип циклічності.

Принцип вікової адекватності педагогічного впливу.

Завдання до самостійної роботи:

Описати методичні принципи занять фізичними вправами, зміст і характеристику методичних принципів.

Тема 3. Дискусія «Виховання особистісних якостей в галузі фізичної культури».

Питання до самостійної роботи:

Виховання особистісних якостей в галузі фізичної культури.

Роль і місце фізичної культури в формуванні особистісних якостей.

Особистість викладача, вимоги до його професійних здібностей, підготовленості і майстерності.

Завдання до самостійної роботи:

Описати завдання, зміст і шляхи патріотичного, морального, правового та естетичного виховання на заняттях в галузі фізичної культури.

Тема 4. Дискусія «Форми побудови занять фізичними вправами».

Питання до самостійної роботи:

Форми побудови занять фізичними вправами.

Загальна характеристика форм побудови занять.

Зміст занять урочного типу.

Побудова (структура) занять урочного типу.

Завдання до самостійної роботи:

Навести класифікацію занять урочного типу.

Надати загальну характеристику занять неурочного типу.

Тема 5. Тренінг «Планування, контроль і облік в процесі занять фізичними вправами».

Питання до самостійної роботи:

Поняття про планування, його види і зміст.

Поняття контролю та обліку.

Вимоги до контролю та обліку.

Види, зміст та основи методики контролю та обліку. Документація контролю та обліку.

Завдання до самостійної роботи:

Описати планування, контроль і облік в процесі занять фізичними вправами.

Тема 6. Тренінг «Фізична культура в системі виховання дітей дошкільного віку».

Питання до самостійної роботи:

Вікова періодизація дітей дошкільного віку.

Особливості методики занять фізичними вправами. Форми занять фізичними вправами.

Завдання до самостійної роботи:

Описати соціально-педагогічне значення фізичного виховання.

Тема 7. Тренінг «Фізична культура в системі виховання дітей шкільного віку».

Питання до самостійної роботи:

Соціально-педагогічне значення фізичної культури дітей шкільного віку.

Типові вікові особливості.

Мета, завдання і спрямованість фізичної культури дітей шкільного віку.

Форми занять фізичними вправами.

Особливості розвитку фізичних здібностей.

Перевірка і оцінка успішності на уроках фізичної культури.

Завдання до самостійної роботи:

Описати систему планування фізичного виховання в школі.

Тема 8. Тренінг «Фізична культура в середніх спеціальних закладах і закладах вищої освіти».

Питання до самостійної роботи:

Зміст і функції фізичної культури студентів в структурі професійної освіти.

Програмно-нормативне, організаційне й ресурсне забезпечення фізкультурної освіти студентів.

Фізична культура в побуті студентів та канікулярний час.

Специфіка діяльності викладача фізичного виховання в середніх спеціальних і вищих навчальних закладах.

Завдання до самостійної роботи:

Описати особливості методики занять фізичними вправами в навчальних відділах ЗВО.

Тема 9. Тренінг «Особливості фізичної культури дорослого населення».

Питання до самостійної роботи:

Основні фактори і умови, що визначають фізичну культуру дорослого населення.

Завдання до самостійної роботи:

Надайте характеристику підготовчому і рекреаційному направленню фізичної культури дорослого населення.

Тема 10. *Вирішення практичних завдань «Спорт в системі фізичної культури».*

Питання до самостійної роботи:

Виникнення і стан сучасного спорту.

Соціальні функції спорту.

Класифікація спорту.

Завдання до самостійної роботи:

Схарактеризувати підготовку спортсменів як багатокomпонентного процесу.

Тема 11. *Вирішення практичних завдань «Спортивні змагання як функціональне і структурне ядро спорту».*

Питання до самостійної роботи:

Поняття «спортивні змагання».

Основні функції і особливості спортивних змагань.

Загальна структура спортивних змагань.

Спортивні результати – специфічний і інтегральний продукт змагальної діяльності, критерії їх вимірювання і оцінки.

Завдання до самостійної роботи:

Надати класифікацію спортивних досягнень.

Зробити порівняльну характеристику деяких видів спорту, що розрізняються за результатами змагальної діяльності.

Тема 12. *Тренінг «Спортивне тренування – ціль, задачі, засоби, загальні і спеціальні принципи».*

Питання до самостійної роботи:

Ціль, задачі і характерні риси спортивного тренування.

Засоби спортивного тренування.

Завдання до самостійної роботи:

Опишіть загальні і спеціальні принципи спортивного тренування.

Тема 13. Тренінг «Підготовка спортсмена в процесі тренувань».

Питання до самостійної роботи:

Технічна підготовка.

Фізична підготовка.

Тактична підготовка.

Психологічна підготовка спортсмена.

Інтелектуальна підготовка.

Завдання до самостійної роботи:

Надайте характеристику інтегральної підготовки.

3. ІНДИВІДУАЛЬНЕ НАВЧАЛЬНО-ДОСЛІДНЕ ЗАВДАННЯ (ІНДЗ)

№ з/п	Тематика	Кількість годин	
		Денна	Заочна
1	Специфічні особливості і структурні компоненти педагогічного процесу при формуванні фізичної культури особистості	20	20
2	Загальні принципи формування фізичної культури особистості		
3	Поняття о засобах формування фізичної культури особистості, їх кваліфікаційна характеристика		
4	Техніка фізичних вправ (поняття, основа, провідна ланка, деталі техніки, фази рухів)		
5	Класифікація методів формування фізичної культури особистості. Вимоги до вибору методів.		
6	Принципи свідомості та активності		
7	Принцип наочності		
8	Принципи доступності та індивідуалізації.		

9	Принцип систематичності		
10	Характеристика принципів, що виражають специфічні закономірності занять фізичними вправами		
11	Принцип безперервності		
12	Принцип прогресування впливів		
13	Принцип циклічності		
14	Принцип вікової адекватності педагогічного впливу.		
Разом		20	20

ЗДОБУВАЧ ПРИ ВИКОНАННІ ІНДЗ ПОВИНЕН ДОТРИМУВАТИСЯ ПРИНЦИПІВ АКАДЕМІЧНОЇ ДОБРОЧЕСНОСТІ, НЕ ДОПУСКАТИ АКАДЕМІЧНИЙ ПЛАГІАТ.

Академічний плагіат – оприлюднення (частково або повністю) наукових (творчих) результатів отриманих іншими особами, як результатів власного дослідження (творчості), та/або відтворення опублікованих текстів інших авторів без відповідного посилання (відповідно до ст. 69 Закону України «Про вищу освіту»).

Види академічного плагіату:

- копіювання;
- перефразування;
- компіляція;
- використання інформації (факти, ідеї, формули, числові значення тощо) з джерела без посилання на це джерело;
- подання як власних робіт (тез, аналітичних звітів, письмових робіт, есе і тощо), виконаних на замовлення іншими особами, у тому числі робіт, стосовно яких справжні автори надали згоду на таке використання.

4. КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

Критерії оцінювання підсумкового контролю (екзамену)

Для навчальної дисципліни «Сучасні проблеми фізичної культури та методика викладання у ЗВО» за навчальним планом у другому семестрі передбачено підсумковий контроль у формі екзамену, на який відводиться 20 балів. Здобувач вищої освіти може скласти екзамен, якщо кількість отриманих впродовж вивчення дисципліни балів не менше як 40. Кількість балів, необхідних для заліку, студент отримує під час участі у практичних заняттях, виконання всіх видів самостійної роботи та виконання індивідуального навчально-дослідного завдання.

Сума балів	Критерії оцінки
Відмінно (90-100 А)	Здобувач демонструє ґрунтовні знання навчального матеріалу з нових підходів, завданнях, загальних принципах, засобах і методах формування фізичної культури особистості; сучасних аспектах змісту і методики навчання руховим діям та формування фізичних здібностей; актуальних форм побудови занять фізичною культурою і спортом; видів планування, контролю і обліку під час занять фізичною культурою і спортом; особливостей використання фізичної культури у різні періоди життя людини; сутності спортивного тренування; мети, завдання, специфічних принципів, змісту, побудови та технології планування і контролю в спортивному тренуванні; місця спорту в системі фізичної культури; основних функцій та особливостей спортивних змагань. Усні відповіді повні, логічні й обґрунтовані. Здобувач активно включається в обговорення, відстоює власну точку зору в питаннях та рішеннях, що розглядаються. При виконанні практичних завдань на високому рівні вміє самостійно вирішувати поставлені завдання: аналізувати власний стиль життя. На високому

	рівні вмiє використовувати отриманнi знання на практицi при вирiшеннi навчальних i професiйних завдань; пiдбирати на практицi i використовувати найефективнiшi методи навчання на уроках фiзичної культури при розучуваннi конкретних рухових дiй; планувати, контролювати i проводити облiк в процесi занять фiзичними вправами. Оцiнка нижче 100 балiв обгрунтовується недостатнiм розкриттям теоретичних питань навчальної дисциплiни, або тим, що студент проявляє невпевненiсть в тлумаченнi теоретичних положень або вирiшеннi складних практичних завдань.
Добре (82-89 В)	Здобувач демонструє знання навчального матерiалу з нових пiдходiв, завдань, загальних принципiв, засобах i методах формування фiзичної культури особистостi; сучасних аспектах змiсту i методики навчання руховим дiям та формування фiзичних здiбностей, але не досить впевнено використовує актуальнi форми побудови занять фiзичною культурою i спортом; видiв планування, контролю i облiку пiд час занять фiзичною культурою i спортом; особливостей використання фiзичної культури у рiзні перiоди життя людини; сутностi спортивного тренування; мети, завдання, специфiчних принципiв, змiсту, побудови та технологiї планування i контролю в спортивному тренуваннi; мiсця спорту в системi фiзичної культури; основних функцiй та особливостей спортивних змагань. Уснi вiдповiдi повнi, логiчнi, натомiсть не завжди обгрунтованi. При виконаннi практичних завдань самостiйно виправляє допущенi помилки, якi є незначними. У цiлому вмiє використовувати отриманнi знання на практицi при вирiшеннi навчальних i професiйних завдань; пiдбирати на практицi i використовувати найефективнiшi методи навчання на уроках фiзичної культури при розучуваннi

	конкретних рухових дій; планувати, контролювати і проводити облік в процесі занять фізичними вправами.
Добре (74-81 С)	Здобувач володіє навчальним матеріалом з нових підходів, завданнях, загальних принципах, засобах і методах формування фізичної культури особистості, але не завжди може виділити сучасні проблеми змісту і методики навчання руховим діям та формування фізичних здібностей; актуальних форм побудови занять фізичною культурою і спортом; видів планування, контролю і обліку під час занять фізичною культурою і спортом; особливостей використання фізичної культури у різні періоди життя людини; сутності спортивного тренування; мети, завдання, специфічних принципів, змісту, побудови та технології планування і контролю в спортивному тренуванні; місця спорту в системі фізичної культури; основних функцій та особливостей спортивних змагань. Усні відповіді повні, логічні, але не завжди обґрунтовані. Помилки не є системними. При виконанні практичних завдань: не завжди вміє використовувати отриманні знання на практиці при вирішенні навчальних і професійних завдань; підбирати на практиці і використовувати найефективніші методи навчання на уроках фізичної культури при розучуванні конкретних рухових дій; планувати, контролювати і проводити облік в процесі занять фізичними вправами.
Задовільно (64-73 D)	Здобувач має уявлення про основні поняття навчального матеріалу з нових підходів, завданнях, загальних принципах, засобах і методах формування фізичної культури особистості; сучасних аспектах змісту і методики навчання руховим діям та формування фізичних здібностей. Припускається значних помилок у визначенні актуальних форм побудови занять

	фізичною культурою і спортом; видів планування, контролю і обліку під час занять фізичною культурою і спортом; особливостей використання фізичної культури у різні періоди життя людини; сутності спортивного тренування; мети, завдання, специфічних принципів, змісту, побудови та технології планування і контролю в спортивному тренуванні. Загалом розуміє про місце спорту в системі фізичної культури; основних функцій та особливостей спортивних змагань. При виконанні практичних завдань орієнтується у напрямі вирішення завдань не завжди вміє використовувати отриманні знання на практиці при вирішенні навчальних і професійних завдань; підбирати на практиці і використовувати найефективніші методи навчання на уроках фізичної культури при розучуванні конкретних рухових дій; планувати, контролювати і проводити облік в процесі занять фізичними вправами. Допускає значну кількість неточностей, помилок, котрі усуває лише під керівництвом викладача.
Задовільно (60-63 E)	Здобувач має часткові знання про нові підходи, завдання, загальні принципи, засоби і методи формування фізичної культури особистості; сучасні аспекти змісту і методики навчання руховим діям та формування фізичних здібностей; актуальні форми побудови занять фізичною культурою і спортом; види планування, контролю і обліку під час занять фізичною культурою і спортом; особливості використання фізичної культури у різні періоди життя людини; сутність спортивного тренування; мету, завдання, специфічні принципи, зміст, побудову та технологію планування і контролю в спортивному тренуванні; місце спорту в системі фізичної культури; основні функцій та особливості спортивних змагань. Знання несистемні, фрагментарні,

	припускається суттєвих помилок, визначення засадничих положень викладає значні труднощі Виконання практичних завдань формалізоване: є відповідність алгоритму, але відсутнє глибоке розуміння логіки процесу. Має значні труднощі у використанні отриманих знань на практиці при вирішенні навчальних і професійних завдань. Виявляє часткові вміння при плануванні, контролю і проведення обліку в процесі занять фізичними вправами. На низькому рівні володіє вміннями у підборі на практиці і використанні найефективніших методів навчання на уроках фізичної культури при розучуванні конкретних рухових дій..
Незадовільно (35-59 FX)	Здобувач має фрагментарні знання, опанував менше половини обсягу навчального змісту, передбаченого програмою навчальної дисципліни у зв'язку з чим усні відповіді часткові, не обґрунтовані Відсутнє цілісне усвідомлення навчального матеріалу. Здобувач працює пасивно, практичні завдання виконує припускаючись грубих помилок, виправляє помилки лише при виконанні нескладних практичних завдань.
Незадовільно (0-34 F)	Здобувач не виконує вимоги програми навчальної дисципліни: не сформовані знання уміння та навички. Здобувач не допускається до заліку та проходить повторне вивчення дисципліни.

**РОЗПОДІЛ БАЛІВ, ЯКІ ОТРИМУЮТЬ ЗДОБУВАЧІ ЗА
РЕЗУЛЬТАТАМИ ПОТОЧНОГО І ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ
(ЕКЗАМЕН)**

Поточний контроль			ІНДЗ	Екзамен	Сума
Теми	Бали	Разом	0-14	0-20	0-100
Тема 1	0-4	0-66			
Тема 2	0-4				
Тема 3	0-4				
Тема 4	0-4				
Тема 5	0-6				
Тема 6	0-6				
Тема 7	0-6				
Тема 8	0-6				
Тема 9	0-6				
Тема 10	0-4				
Тема 11	0-4				
Тема 12	0-6				
Тема 13	0-6				

5. ПИТАННЯ ДЛЯ САМОКОНТРОЛЮ

1. Основні поняття і терміни теорії і методики фізичного виховання
2. Методи дослідження в теорії і методиці фізичного виховання
3. Фізична культура як вид культури
4. Педагогічний процес у сфері фізичної культури
5. Засоби формування фізичної культури особистості
6. Характеристики техніки фізичних вправ
7. Класифікації фізичних вправ Черненко
8. Методи формування фізичної культури особистості
9. Методичні принципи занять фізичними вправами
10. Навчання руховим діям у фізичному вихованні
11. Загальна характеристика рухових здібностей
12. Силкові здібності і методика їх розвитку
13. Швидкісні здібності і методика їх розвитку
14. Координаційні здібності і методика їх розвитку
15. Витривалість і методика її розвитку Трей
16. Гнучкість і методика її розвитку Шипілова

17. Виховання особистісних якостей
18. Форми побудови занять фізичними вправами
19. Планування, контроль та облік у процесі занять фізичними вправами
20. Особливості фізичного виховання дітей дошкільного віку
21. Особливості фізичного виховання у системі виховання дітей шкільного віку
22. Фізичне виховання у середніх спеціальних навчальних закладах
23. Особливості фізичного виховання дорослого населення
24. Фізичне виховання студентів ЗВО
25. Фізичне виховання у Збройних силах
26. Спорт в системі фізичної культури
27. Методологічні концепти підготовки вчителя фізичної культури
28. Фізична культура як педагогічна категорія
29. Ключові поняття педагогічної діяльності вчителя фізичної культури
30. Філософсько-культурологічні аспекти фізичного виховання
31. Здоров'я як наукова категорія. Формування здорового способу життя
32. Інтерактивні методи навчання
33. Мотиви, потреби і мотивація у сфері фізичного виховання
34. Структура підготовленості майбутніх учителів фізичної культури
35. Методологічні підходи у підготовці учителів фізичної культури
36. Методи спортивної підготовки
37. Методологія теоретичних досліджень
38. Методологія експериментальних досліджень
39. Мета, предмет, об'єкт досліджень у фізичній культурі
40. Програмно-методичне забезпечення у сфері фізичної культури
41. Фізичне виховання школярів із ослабленим здоров'ям. Спеціальні медичні групи.
42. Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичній культурі
43. Методи підвищення захисних сил організму
44. Форми організації занять фізичним вихованням у вищій школі
45. Східні системи оздоровлення

46. Особливості безпеки на заняттях з фізичного виховання і спорту
47. Здоров'язбереження. Здоров'язбережувальне середовище
48. Технології дослідження функціонального стану організму
49. Спорт в системі фізичної культури
50. Фізичне виховання оздоровчої спрямованості
51. Підготовка спортсмена як багатокomпонентний процес
52. Фізичне виховання у сфері реабілітації організму
53. Модель. Моделювання у сфері фізичного виховання
54. Прогнозування у сфері фізичного виховання
55. Фізкультурно-спортивна організація
56. Спортивний клуб ЗВО
57. Види підготовки спортсмена в процесі тренування
58. Планування, контроль і облік в процесі тренування спортсменів
59. Спортивне тренування – мета, завдання, засоби, загальні та спеціальні завдання.
60. Спортивні змагання як функціональна та структурна складова спорту.

6. СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

Основна література

1. Бондар І. Р. Диференційоване фізичне виховання : навч. посіб. Львів : *ЛДУФК*, 2017. 197 с.
2. Вознюк Т. В. Основи теорії та методики спортивного тренування : навч. посіб. Вінниця : *ФОП Корзун Д. Ю.*, 2016. 236 с.
3. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання: підручник: у 2т. К.: *Олимп. Л-ра.*, 2017. т. 2. 368 с.
4. Павлова Ю. Грамотність у фізичній культурі різних груп населення : навч. посіб. Львів: *ЛДУФК ім. Івана Боберського*, 2022. 160 с.

Допоміжна

1. Вознюк Т. В. Сучасні ігрові види спорту : навч. посіб. Вінниця : *Корзун Д. Ю.*, 2017. 246 с.

2. Дмитренко С. М., Асаулюк І. О. Методичні рекомендації для підготовки студентів до екзамену з теорії фізичного виховання для студентів освітньо-кваліфікаційного рівня бакалавра. Вінниця, 2016. 112 с.

3. Костюкевич В. М. Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту) : навчальний посібник. Вінниця : *КНТ*, 2016. 615 с.

4. Жданова О. Основи управління сферою фізичної культури і спорту : навч. посіб. Львів : *ЛДУФК*, 2017. 244 с.

Інформаційні ресурси

1. Міністерство освіти і науки України: URL : <http://www.mon.gov.ua>

2. Національна бібліотека України імені В. І. Вернадського :

URL : <http://www.nbuv.gov.ua/>

3. Одеська національна наукова бібліотека : URL : <http://odnb.odessa.ua/>.

4. Бібліотека Університету Ушинського : URL : <https://library.pdpu.edu.ua>

