

КОМУНАЛЬНИЙ ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
«ХОРТИЦЬКА НАЦІОНАЛЬНА НАВЧАЛЬНО-РЕАБІЛІТАЦІЙНА
АКАДЕМІЯ» ЗАПОРІЗЬКОЇ ОБЛАСНОЇ РАДИ

Кафедра фізичної реабілітації

ЗАТВЕРДЖУЮ
Перший проректор
комунального вищого
навчального закладу «Хортицька
національна навчально-
реабілітаційна академія»
Запорізької обласної ради



О.І. Позднякова

2018 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

*ПП 2.005 «Методика викладання предметів фізкультурної освітньої
галузі»*

Галузь знань	01	Освіта
Спеціальність	013	Початкова освіта
Рівень освіти		другий (магістерський)

2018 – 2019 навчальний рік

Робоча програма навчальної дисципліни «Методика викладання предметів фізкультурної освітньої галузі» для студентів першого курсу факультету реабілітаційної педагогіки та соціальної роботи другого (магістерського) рівня освіти спеціальності 013 «Початкова освіта».

РОЗРОБНИК:

Волкова С.С., професор кафедри фізичної реабілітації, кандидат педагогічних наук, професор

Робочу програму схвалено на засіданні кафедри фізичної реабілітації
Протокол від 29.03 2018 р. № 10

Завідувач кафедри фізичної реабілітації С.С. Волкова

1. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітній рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		форма навчання	денна
Кількість кредитів – 4	Галузь знань 01 «Освіта»	Варіативна	
	Спеціальність 013 «Початкова освіта»	Семестр	3-й
Модулів – 3	Освітній рівень: другий (магістерський)	Аудиторні години: 32 год.	
Змістових модулів – 3		Лекції: 20 год.	Практичні, семінарські: 12 год.
Загальна кількість годин – 120			
Тижневих годин для денної форми навчання:		Самостійна робота: 88 год.	
аудиторних – 2 самостійної роботи студента – 5,5		Вид контролю: екзамен	

2. ЗАПЛАНОВАНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ

Мета навчальної дисципліни: засвоєння студентами методичних принципів та прийомів навчання школярів початкових класів вмінням та навичкам фізичної культури.

Завдання навчальної дисципліни:

– ознайомлення студентів з основними принципами, концепціями навчання школярів початкових класів вмінням та навичкам фізичної культури, вдосконалення природних видів руху (ходьба, біг, стрибки, лазіння, плавання тощо);

– висвітлення специфіки навчання школярів профілактиці фізкультурної діяльності;

– розкриття закономірності процесу формування рухових умінь та навичок;

– характеристика основ розвитку та вдосконалення рухових якостей;

– озброєння студентів методами формування в школярів мотивації до рухової активності.

У процесі вивчення дисципліни студенти повинні

знати:

– методику викладання в початкових класах вікових основ навчання рухових умінь та навичок;

– визначення понять «фізичні якості», «фізична культура», «сенситивні періоди», «вікові основи», «природні види руху», «фізична підготовленість», «фізичні вправи», «загальна, моторна щільність уроку», «навантаження»;

– методичні принципи навчання руховим умінням та навичкам;

– особливості сприйняття школярами змагальних видів рухів;

– особливості формування мотивації школярів до рухової активності.

вміти:

– складати конспекти занять для школярів з фізичної культури;

– навчати школярів елементарним фізичним справам;

– оцінювати рухову активність школярів;

– формувати в школярів навички безпеки життєдіяльності;

– навчати школярів диференціювати свої рухові особливості життєзберезувальної поведінки.

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти повинні досягнути таких результатів навчання (компетентностей):

I. Загальними компетентностями:

1. Інструментальними:

– уміння ідентифікувати, формулювати та виконувати завдання;

– уміння думати абстрактно, аналізувати та синтезувати;

– навички використання інформаційних та комунікативних технологій;

2. Міжособистісними:

– уміння бути критичним і самокритичним;

– уміння діяти на основі етичних міркувань;

3. Системними:

- здатність навчатися;
- уміння застосовувати знання в практичних ситуаціях;
- визначеність та наполегливість при виконанні отриманих завдань;
- уміння працювати самостійно;

II. Фаховими компетентностями:

1. Системні знання та навички

- здатність аналізувати, вибирати і тлумачити отриману інформацію з соціальної та здоров'язбережувальної поведінки школярів.

2. Розв'язання проблем

- здатність розв'язувати широке коло проблем та завдань із фізичної культури школярів;
- здатність організовувати спортивно-оздоровчу роботу;
- здатність володіти фізкультурно-спортивними вміннями та навичками;
- здатність аналізувати здорову етичну поведінку;
- здатність створювати безпеку під час занять із фізичної культури;
- здатність формувати у школярів мотивації до здорового способу життя.

3. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Змістовий модуль I. Засоби фізичного виховання

Тема 1. Вступ до методики викладання предметів фізкультурної освітньої галузі.

Рухова активність – основа життєдіяльності організму. Рухова активність та здоров'я. Норми рухової активності. Завдання фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку.

Тема 2. Рух – це життя.

Еволюційні передумови рухової необхідності. Рухи та тренування спадкових механізмів адаптації. Провідна роль нервово-м'язової системи в організмі. Моторно-вісцеральні рефлексії. Проблеми гіподинамії. Енергетичне правило скелетних м'язів І. Аршавського.

Тема 3. Основні засоби фізичного виховання.

Фізичні вправи. Оздоровчі сили природи. Гігієнічні фактори. Характеристика основних оздоровчих засобів фізичного виховання: ранкова гімнастика, довготривалі малоінтенсивні вправи (ходіння, біг, плавання, лижі тощо), гімнастика (у тому числі атлетична та аеробіка, шейпінг, вправи на суглоби, на м'язи брюшного пресу тощо), масаж, самомасаж. Оздоровча система П. М. Амосова.

Змістовий модуль II.

Основи методики навчання школярів фізичного виховання

Тема 4. Методичні принципи фізичного виховання.

Принцип свідомості та активності. Принцип наочності. Принцип систематичності. Принцип «від простого до складного». Принцип чергування навантаження та відпочинку.

Тема 5. Методи фізичного виховання.

Наочні, словесні, практичні методи. Диференціювання методів залежно від віку. Приклади використання методів. Диференціювання методів залежно від етапів навчання.

Тема 6. Методи лікарсько-педагогічного контролю на заняттях з фізичної культури.

Зовнішні ознаки перевтоми. Фізіологічна крива уроку. Загальна щільність уроку. Моторна щільність уроку. Педагогічний аналіз уроку.

Змістовий модуль III.

Особливості методики навчання програмному матеріалу

Тема 7. Методика уроку фізичної культури. Методика навчання загальнорозвиваючим вправам без предметів і з предметами, ходьбі та бігу.

Особливості методики уроків фізичної культури. Загальнорозвиваючі вправи без предметів. Вправи з гімнастичною палицею. Вправи зі скакалкою. Вправи з прапорцями. Техніка ходьби, прискореної ходьби. Біг на місці. Біг з прискоренням. Біг зі зміною швидкості та напрямку.

Тема 8. Методика навчання рухливим іграм

Імітаційні ігри. Командні ігри. Ігри з елементами змагання. Естафети. Методика вибору ведучих у грі. Педагогічний контроль за самопочуттям дітей. Дозування гри залежно від віку.

Тема 9. Методика навчання фізичним вправам у режимі дня

Ранкова гімнастика. Фізкультхвилинка. Фізкультпаузи. Активні перерви. Заняття фізичними вправами в групах продовженого дня.

Тема 10. Методика ознайомлення з різними видами спорту

Залежність розвитку фізичних якостей від видів спорту. Вправи з різних видів спорту. Вікові основи занять спортом. Роль лікарсько-педагогічного контролю за дітьми, що займаються спортом.

4. СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин			
	денна форма			
	усього	у тому числі		
л		пр	ср	
Змістовий модуль 1. Засоби фізичного виховання				
Тема 1. Вступ до методики викладання предметів фізкультурної освітньої галузі	9	2	1	6
Тема 2. Рух – це життя	9	2	1	6
Тема 3. Основні засоби фізичного виховання	11	2	1	8
Разом за змістовим модулем 1	29	6	3	20
Змістовий модуль 2. Основи методики навчання школярів фізичного виховання				
Тема 4. Методичні принципи фізичного виховання	11	2	1	8
Тема 5. Методи фізичного виховання	13	2	1	10
Тема 6. Методи лікарсько-педагогічного контролю на заняттях з фізичної культури	14	2	2	10
Разом за змістовим модулем 2	38	6	4	28
Змістовий модуль 3. Особливості методики навчання програмному матеріалу				
Тема 7. Методика уроку фізичної культури. Методика навчання загальнорозвиваючим вправам без предметів і з предметами, ходьбі та бігу	14	2	2	10
Тема 8. Методика навчання рухливим іграм	13	2	1	10
Тема 9. Методика навчання фізичним вправам у режимі дня	13	2	1	10
Тема 10. Методика ознайомлення з різними видами спорту	13	2	1	10
Разом за змістовим модулем 3	53	8	5	40
РАЗОМ	120	20	12	88

5. ТЕМАТИКА ЛЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ

№ з/п	№ теми	Назва теми	Кількість годин
1	1	Тема 1. Вступ до методики викладання предметів фізкультурної освітньої галузі	2
2	2	Тема 2. Рух – це життя	2
3	3	Тема 3. Основні засоби фізичного виховання	2
4	4	Тема 4. Методичні принципи фізичного виховання	2
5	5	Тема 5. Методи фізичного виховання	2

6	6	Тема 6. Методи лікарсько-педагогічного контролю на заняттях з фізичної культури	2
7	7	Тема 7. Методика уроку фізичної культури. Методика навчання загальнорозвиваючим вправам без предметів і з предметами, ходьбі та бігу	2
8	8	Тема 8. Методика навчання рухливим іграм	2
9	9	Тема 9. Методика навчання фізичним вправам у режимі дня	2
10	10	Тема 10. Методика ознайомлення з різними видами спорту	2
		Усього	20

6. ТЕМАТИКА ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

№ з/п	№ теми	Назва теми	Кількість годин
1	1	Тема 1. Вступ до методики викладання предметів фізкультурної освітньої галузі. Норми рухової активності. Провести дослідження рухового режиму дня школярів 1-4 класу	1
2	2	Тема 2. Рух – це життя. Моторно-вісцеральні рефлексії, їх вплив на здоров'я. Проблеми гіподинамії в сучасному суспільстві	1
3	3	Тема 3. Основні засоби фізичного виховання. Взаємозв'язок та взаємозалежність фізичних вправ, оздоровчих сил природи. Гігієнічні фактори.	1
4	4	Тема 4. Методичні принципи фізичного виховання. Приклади реалізації методичних принципів фізичного виховання	1
5	5	Тема 5. Методи фізичного виховання. Етапи навчання фізичним вправам: ознайомлення, розучування, вдосконалення (навести приклади)	1
6	6	Тема 6. Методи лікарсько-педагогічного контролю на заняттях з фізичної культури. Скласти схему педагогічного аналізу уроку. Визначити загальну та моторну щільність уроку	2
7	7	Тема 7. Методика уроку фізичної культури. Методика навчання загальнорозвиваючим вправам без предметів і з предметами, ходьбі та бігу. Скласти комплекси вправ без предметів, зі скакалкою, з прапорцями, з гімнастичною палицею	2
8	8	Тема 8. Методика навчання рухливим іграм. Правила рухових ігр. Навести приклади 5 рухових ігр	1
9	9	Тема 9. Методика навчання фізичним вправам у режимі дня.	1

		Скласти комплекси ранкової гімнастики, фізкультхвилинки, фізкультпаузи	
10	10	Тема 10. Методика ознайомлення з різними видами спорту. Особливості розвитку фізичних якостей	1
Усього			12

7. ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

№ з/п	№ теми	Назва теми	Кількість годин
1	1	Тема 1. Вступ до методики викладання предметів фізкультурної освітньої галузі. <i>Завдання:</i> Скласти завдання фізичного виховання для дітей 1–4 класів.	6
2	2	Тема 2. Рух – це життя. <i>Завдання:</i> Рухи та тренування спадкових механізмів адаптації. Навести приклади.	6
3	3	Тема 3. Основні засоби фізичного виховання. <i>Завдання:</i> Правила загартування повітрям, водою. Правила дозування за гартувальних процедур, їх поєднання з фізичними вправами.	8
4	4	Тема 4. Методичні принципи фізичного виховання. <i>Завдання:</i> Навести приклади реалізації принципів: принцип свідомості та активності; принцип наочності; принцип систематичності; принцип «від простого до складного»; принцип чергування навантаження та відпочинку.	8
5	5	Тема 5. Методи фізичного виховання. <i>Завдання:</i> Навести приклади диференційованого застосування наочних, словесних, практичних методів.	10
6	6	Тема 6. Методи лікарсько-педагогічного контролю на заняттях з фізичної культури. <i>Завдання:</i> Педагогічний аналіз уроку фізичної культури в різних класах. Визначити загальну та моторну щільність уроку.	10
7	7	Тема 7. Методика уроку фізичної культури. Методика навчання загальнорозвиваючим вправам без предметів і з предметами, ходьбі та бігу. <i>Завдання:</i>	10

		Навести приклади дозування ходьби та бігу в поєднанні з загальнорозвиваючими вправами; скласти конспект уроку для 1-4 класів.	
8	8	Тема 8. Методика навчання рухливим іграм. <i>Завдання:</i> Навести приклади імітаційних ігор, командних ігор, ігор з елементами змагання, естафет.	10
9	9	Тема 9. Методика навчання фізичним вправам у режимі дня. <i>Завдання:</i> Скласти конспект проведення активної перерви та заняття фізичними вправами в групах продовженого дня.	10
10	10	Тема 10. Методика ознайомлення з різними видами спорту. <i>Завдання:</i> Проаналізувати правила початку занять видами спорту з урахуванням віку.	10
Усього			88

8. МЕТОДИ КОНТРОЛЮ

Педагогічний контроль здійснюється з дотриманням вимог об'єктивності, індивідуального підходу, систематичності і системності, всебічності та професійної спрямованості контролю. Навчальні досягнення студентів із дисципліни «Методика викладання предметів фізкультурної освітньої галузі» оцінюються за модульно-рейтинговою системою.

У процесі оцінювання навчальних досягнень студента застосовуються такі методи:

– *методи усного контролю:* індивідуальне опитування, фронтальне опитування, співбесіда.

– *методи письмового контролю:* самостійна робота, модульне письмове тестування; звіт, реферат, презентації. модульна контрольна робота, реферат;

– *методи самоконтролю:* уміння самостійно оцінювати свої знання, самоаналіз.

Формами перевірки та контролю знань студентів є:

1. *Попередній контроль* застосовується як передумова для успішного планування і керівництва навчальним процесом. Він дає змогу визначити наявний рівень знань студентів для планування навчального матеріалу.

2. *Поточний контроль* є органічною частиною всього педагогічного процесу і слугує засобом виявлення ступеня засвоєння навчального матеріалу.

3. *Проміжний контроль* дає змогу перевірити ступінь засвоєння матеріалу після закінчення вивченого модулю.

4. *Підсумковий контроль* застосовується після вивчення студентом усього обсягу вивченого матеріалу. До підсумкового контролю належить семестровий залік.

Об'єктом оцінювання знань студентів у процесі занять та рейтингового оцінювання є:

- систематичність, активність та змістовність роботи студента над вивченням програмного матеріалу на практичних заняттях протягом семестру;
- рівень виконання модульних завдань;
- виконання завдань для самостійного опрацювання.

1. *Рейтингове оцінювання курсу практичних занять та самостійної роботи:*

- 1.1. Підготовка фіксованого виступу – 1-2 бали.
- 1.2. Участь в обговоренні питань плану практичних занять – 1-2 бали.
- 1.3. Самостійне опрацювання окремих питань – 1-2 бали.
- 1.4. Тестування – 1-2 бали.
- 1.5. Перевірка зошита (конспектів) – 1-2 бали.

2. *Форми модульного контролю:*

- 2.1. Глибоке розкриття всіх питань – 4-5 балів.
- 2.2. Повна, коротка відповідь – 3-4 бали.
- 2.3. Коротка відповідь з кількома помилками – 3 бали.
- 2.4. Неповна відповідь – 1 бал.
- 2.5. Неповна відповідь зі значною кількістю недоліків – 1 бал.
- 2.6. Незадовільна відповідь – 0 балів.

3. *Додаткові бали:*

- 3.1. Доповнення на практичних заняттях – 1-2 бали.
- 3.2. Участь у дискусії – 1-2 бали.
- 3.3. Творчий підхід до вирішення завдань – 1-2 бали.

Пропущена з поважної причини робота може бути зданою протягом двох тижнів без зняття штрафних балів. Пропущена з неповажних причин робота також повинна бути відпрацьована, але вже зі зняттям 50% штрафних балів. Кожний модуль включає бали за відвідування лекцій, практичних занять, поточну роботу студента на практичних заняттях, виконання самостійної роботи, написання модульної контрольної роботи. Виконання модульних контрольних робіт здійснюється в режимі комп'ютерної діагностики або з використанням роздрукованих завдань. Модульний контроль знань студентів здійснюється після завершення вивчення навчального матеріалу модуля.

У таблиці представлено розподіл балів, що присвоюються студентам упродовж вивчення дисципліни «Методика викладання предметів фізкультурної освітньої галузі».

9. СХЕМА НАРАХУВАННЯ БАЛІВ

Кількість балів	ЗМ 1			ЗМ 2			ЗМ 3			
	T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9	T10
Лекції (10 б)	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Практичні заняття (за присутність – 1 б, за відповідь – 2 б)	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
Самостійна робота (20 б)	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
Поточний модульний контроль (40 б)	10			15			15			

Шкала оцінювання: національна та ECTS

За шкалою ЄКТС	За бальною шкалою	За національною шкалою
A	90-100 балів	5 (відмінно)
B	82-89 балів	4 (добре)
C	75-81 балів	
D	70-74 бали	3 (задовільно)
E	60-69 балів	
FХ	35-59 балів	2 (незадовільно)
F	1-34 бали	

10. ПЕРЕЛІК ПИТАНЬ ДО ЗАЛІКУ

1. Рухова активність – основа життєдіяльності організму.
2. Рухова активність та здоров'я.
3. Норми рухової активності.
4. Еволюційні передумови рухової необхідності.
5. Енергетичне правило скелетних м'язів І. Аршавського.
6. Проблеми гіподинамії
7. Фізичні вправи.
8. Оздоровчі сили природи.
9. Гігієнічні фактори.
10. Характеристика основних оздоровчих засобів фізичного виховання.
11. Оздоровча система П. М. Амосова.
12. Принцип свідомості та активності.
13. Принцип систематичності.
14. Принцип наочності.
15. Принцип «від простого до складного».
16. Принцип чергування навантаження та відпочинку.
17. Наочні методи.

18. Словесні методи.
19. Практичні методи.
20. Диференціювання методів залежно від віку.
21. Зовнішні ознаки перевтоми.
22. Загальна щільність уроку.
23. Фізіологічна крива уроку.
24. Моторна щільність уроку.
25. Педагогічний аналіз уроку.
26. Особливості методики уроків фізичної культури.
27. Загальнорозвиваючі вправи без предметів.
28. Вправи з гімнастичною палицею.
29. Вправи зі скакалкою.
30. Вправи з прапорцями.
31. Техніка ходьби, прискореної ходьби.
32. Біг на місці.
33. Біг з прискоренням.
34. Біг зі зміною швидкості та напрямку.
35. Імітаційні ігри.
36. Командні ігри.
37. Ігри з елементами змагання.
38. Естафети.
39. Методика вибору ведучих у грі.
40. Педагогічний контроль за самопочуттям дітей.
41. Дозування гри залежно від віку.
42. Ранкова гімнастика.
43. Фізкультхвилинка.
44. Фізкультпаузи.
45. Активні перерви.
46. Заняття фізичними вправами в групах продовженого дня.
47. Вікові основи занять спортом.
48. Роль лікарсько-педагогічного контролю за дітьми, що займаються спортом.
49. Види спорту, які рекомендують для занять у молодшому шкільному віці.

11. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

ОСНОВНА

1. Вільчковський Е. С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. Львів : ВНТЛ, 1998. 335 с.
2. Вільчковський Е. С., Курок О. І. Фізичне виховання дітей в дошкільному закладі. Київ : РВВ ГДПУ, 2001. 216 с.
3. Круцевич Т. Ю. Теория и методика физического воспитания. Киев : Олимпийская литература, 2003. Т. 1. 424 с.
4. Круцевич Т. Ю. Теория и методика физического воспитания. Киев : Олимпийская литература, 2003. Т. 2. 367 с.
5. Фізична культура : навчальна програма для загальноосвітніх навчальних закладів 1–4 класи. URL: <https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednya-osvita/navchalni-programi/navchalni-programi-dlya-pochatkovoyi-shkoli>.
6. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2001. Ч. 1. 272 с.
7. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2002. Ч. 2. 248 с.

ДОПОМІЖНА

1. Апанасенко Г. Л. Эволюция биоэнергетики и здоровье человека. Санкт-Петербург, 1992. 123 с.
2. Большев Ю. Р., Силкин Ю. Р., Лебедев Ю. А. Здоровьеформирующее физическое развитие: развивающие двигательные программы для детей 5–6 лет / под общ. ред. А. С. Большева. Москва : Владос, 2001. 336 с.

12. ІНФОРМАЦІЙНІ РЕСУРСИ В МЕРЕЖІ ІНТЕРНЕТ

1. Журнал «Початкова освіта». URL: <http://pochatkova-shkola.net/journal.htm>.