



Силабус
навчальної дисципліни
Теорія та методика фізичного виховання
2021-2022 навчальний рік

Освітня програма Середня освіта. (Хореографія). Фітнес

Спеціальність 014 Середня освіта. Хореографія

Галузь знань 01 Освіта/Педагогіка

Рівень вищої освіти перший. Бакалавр

Викладач (і)	Данило Світлана Миколаївна старший викладач кафедри теорії та методики фізичного виховання
Посилання на сайт	https://edu.bdpu.org
Контактний тел.	0504561623
Е-mail викладача:	sveta_danilo@ukr.net
Графік консультацій	Вівторок, субота 13.00-14.15

Обсяг курсу на поточний навчальний рік:

Кількість кредитів/ годин	Лекції	Практичні заняття	Самостійна робота	звітність
5 150 денне	26	24	100	екзамен
5/150 заочне	8	8	134	екзамен

Семестр:осінній

Мова навчання: українська

Ключові слова: фізична культура, фізичне виховання, засоби, методи, принципи навчання, навчання руховим діям, розвиток фізичних якостей, форми проведення занять.

Мета та предмет курсу: Метою є дати здобувачам першого рівня вищої освіти глибокі теоретичні основи фізичного виховання, а також навчити їх практично реалізовувати його основні положення в різних навчальних закладах та містах майбутньої професійної діяльності. Предметом є встановлення загальних та приватних закономірностей функціонування і розвитку фізичного виховання та управління процесом фізичного виховання людини.

Компетентності згідно з вимогами освітньо-професійної програми Середня освіта. (Хореографія). Фітнес:

ЗК 4. Здатність спілкуватися державною та іноземною мовами (усною та писемною формами); демонструвати знання професійної термінології, навички професійного дискурсу. ЗК 5. Здатність особистісно і професійно саморозвиватися, самостверджуватися й самореалізовуватися.

ЗК 6. Здатність працювати в команді, керувати часом, генерувати креативні ідеї, приймати ефективні рішення в стандартних та невизначених умовах, брати відповідальність за результати спільної діяльності; дотримуватися академічної доброчесності та педагогічної етики.

ФК 1. Здатність застосовувати психолого-педагогічні, історикокультурологічні, методичні знання з хореографічного мистецтва.

ФК 2. Здатність планувати, розробляти навчально-методичний матеріал, добирати та використовувати ефективні форми, методи та інноваційні технології навчання хореографії (фітнесу); застосовувати вербальний коментар державною та іноземними мовами.

ФК 3. Здатність здійснювати контроль, аналіз і оцінювання рівня навчальних досягнень кожного здобувача освіти залежно від його індивідуальних потреб, можливостей, здібностей та інтересів.

ФК 9. Здатність застосовувати знання про будову тіла та функціонування організму людини; використовувати здоров'язбережувальні технології під час освітнього процесу.

ФК 10. Здатність здійснювати інтегроване навчання, застосовувати міждисциплінарні зв'язки і розв'язувати широке коло професійних задач і проблем.

Програмні результати навчання: ПРН 4. Демонструвати знання спеціальної професійної термінології (педагогічної, хореографічної, гімнастичної) та навички професійного дискурсу.

ПРН 5. Визначати першочергові професійні завдання; планувати, організувати, здійснювати, робити підсумки професійної діяльності; вміти отримувати результат у визначений deadline з наголосом на професійну сумлінність.

ПРН 6. Створювати в освітньому середовищі партнерсько-лідерські стосунки в командах односторонців; дискутувати, експериментувати, аргументувати, підсумовувати, ухвалювати ефективні рішення у стандартних і невизначених умовах; брати відповідальність за результати спільної діяльності; дотримуватися правил академічної доброчесності, педагогічної етики.

ПРН 7. Уміти викладати хореографію і застосовувати інтеграцію хореографії і фітнесу в освітньому процесі ЗЗСО, ЗПО, закладів початкової мистецької освіти; вирішувати професійні завдання відповідно до освітніх змін, перетворень та соціальних потреб, застосовуючи міждисциплінарні зв'язки, інноваційні теоретичні та практичні досягнення української та світових практик педагогічної освіти. Уміти працювати зі здобувачами освіти, в тому числі з особливими освітніми потребами, з їх батьками.

ПРН 8. Нести відповідальність за життя та здоров'я людини. Застосовувати на практиці основні положення фізіології, морфології, психології, біохімії для формування рухових умінь і навичок дітей різних вікових груп та

індивідуальних особливостей; володіти засобами інтегрального гармонійного (розумового, духовного і фізичного) розвитку людини.

Зміст курсу:

Тема 1. Введення в „Теорію та методіку фізичного виховання”: ТМФВ як наукова і навчальна дисципліна, основні поняття дисципліни. Мета, завдання та принципи системи фізичного виховання, взаємозв'язок фізичного виховання з іншими видами виховання.

Тема 2. Засоби фізичного виховання: специфічні засоби фізичного виховання, допоміжні засоби фізичного виховання.

Тема 3. Методи фізичного виховання: специфічні методи навчання у фізичному, загальнопедагогічні методи навчання у фізичному вихованні.

Тема 4. Основи методіки навчання рухових дій: загальна характеристика рухових умінь, характеристика рухових навичок. механізм формування рухових дій, структура процесу навчання рухових дій.

Тема 5. Основи методіки розвитку сили: загальна характеристика сили, основи методіки розвитку силових здібностей.

Тема 6. Основи методіки розвитку швидкості: загальна характеристика швидкості, основи методіки розвитку швидкості

Тема 7. Основи методіки розвитку витривалості: загальна характеристика витривалості, основи методіки розвитку витривалості.

Тема 8. Основи методіки розвитку спритності: загальна характеристика спритності, основи методіки розвитку спритності.

Тема 9. Основи методіки розвитку гнучкості: загальна характеристика гнучкості, основи методіки розвитку гнучкості.

Тема 10. Форми фізичного виховання школярів: соціально-педагогічне значення та завдання фізичного виховання дітей шкільного віку, методичні особливості фізичного виховання дітей шкільного віку. Урочні форми занять, позаурочні форми занять.

Методи навчання: З метою вивчення різних розділів освітнього компоненту «Теорії та методіки фізичного виховання» під час проведення лекційних, практичних та самостійних занять використовуються такі впорядковані способи взаємопов'язаної, цілеспрямованої діяльності викладача й здобувачів вищої освіти, які спрямовані на ефективне розв'язання навчально-виховних завдань:

Лекція – за допомогою якого у словесній формі розкриваються сутність наукових понять, явищ, процесів, логічно пов'язаних, об'єднаних загальною темою.

Проблемна лекція – забезпечує об'єктивний контроль знань студентів, що сприяє підвищенню ефективності та якості навчальної, пізнавальної й виховної роботи, розвитку пізнавальних інтересів студентів і набуттю навичок самостійного поповнення знань.

Бесіда – передбачає використання попереднього досвіду студентів з певної теми і на основі цього приведення їх за допомогою діалогу до усвідомлення нових явищ, понять або відтворення вже наявних.

Робота з книгою – основне джерело отримання студентами наукової інформації.

Практична робота – спрямована на використання набутих знань у розв’язанні практичних завдань.

Диспут – спеціально організоване подання, в ході якого відбувається демонстративне зіткнення думок з будь-якого питання (проблеми).

Дискусія – форма колективного обговорення, мета якого виявити істину через зіставлення різних поглядів, правильне розв’язання проблеми.

Ділова гра – метод активного навчання з метою вироблення у студентів навиків прийняття рішень в нестандартних ситуаціях, а також як засіб тестування здібностей.

Метод конкретних ситуацій – метод навчання, що використовує опис реальних ситуацій де студенти повинні проаналізувати ситуацію, розібратися в суті проблеми, запропонувати можливі рішення та вибрати кращі з них.

Тестування – метод педагогічної діагностики, оцінки та аналізу результатів навчання.

Сторітеллінг – це мистецтво захоплюючої розповіді та передачі за її допомогою необхідної інформації з метою впливу на емоційну, мотиваційну, когнітивну сфери слухача.

Трайнінг — форма інтерактивного навчання, метою якого є розвиток компетентності міжособистісної та професійної поведінки в спілкуванні та ін.

Політика курсу: основними видами навчальних занять є: лекції, семінарські та самостійні заняття і консультації. Підсумкові оцінки, отримані здобувачами першого бакалаврського рівня вищої освіти за виконання всіх видів навчальних занять, можуть враховуватись при виставленні семестрової оцінки з даної навчальної дисципліни. Студент повинен знати, що викладання дисципліни ґрунтується на засадах академічної доброчесності – сукупності етичних принципів та визначених законом правил, якими мають керуватися учасники освітнього процесу під час навчання, викладання з метою забезпечення довіри до результатів навчання. Вивчення курсу передбачає: проведення цілеспрямованої, системної роботи протягом всього терміну навчання; оптимізацію форм організації навчання, орієнтування змісту навчального матеріалу від модулів дисципліни на майбутню професійну діяльність фахівця, на розвиток професійної мотивації; забезпечення взаємозв’язку теоретичної і практичної підготовки студентів; системне формування мотиваційних установок щодо самостійної роботи в оволодінні здобувачами вищої освіти майбутнім фахом.

Технічне й програмне забезпечення/обладнання, наочність: мультимедійне обладнання, інтерактивні дошки, ноутбук, система електронного

забезпечення навчання – MOODLE, в якій розміщуються навчальні матеріали дисципліни.

Лекції з освітнього компоненту "Теорія та методика фізичного виховання" тематичні й присвячені конкретним темам курсу. За способом викладення лекції є інформативними, які передбачають передання навчальної інформації шляхом послідовного розкриття наукових фактів, явищ, процесів. Обов'язковим елементом лекцій є подання деяких питань теоретичного матеріалу у формі проблемного завдання, в умовах якого окреслюються певні суперечності, що потребують вирішення.

Практичні заняття з "Теорії та методика фізичного виховання" передбачають розгляд здобувачами першого рівня вищої освіти теоретичних положень, засвоєних на лекціях та в процесі самостійної роботи, обговорення реферативних повідомлень, виконання практичних і тестових завдань.

Самостійна робота є основним засобом засвоєння здобувачами вищої освіти навчального матеріалу у вільний від аудиторних навчальних занять час. Зміст самостійної роботи визначається навчальною програмою з освітнього компоненту "Теорія та методика фізичного виховання", завданнями та рекомендаціями викладача. Самостійна робота передбачає вивчення окремих питань курсу, опрацювання теоретичних основ лекційного матеріалу, підготовку до виступу на семінарському занятті, виконання індивідуальних самостійних завдань, систематику вивченого матеріалу курсу перед модульним контролем. Засвоєний у процесі самостійної роботи навчальний матеріал та виконані індивідуальні самостійні завдання виносяться на поточний контроль.

Оволодіння, здобувачами першого рівня вищої освіти, спеціалізованими концептуальними знаннями з теорії та методики фізичного виховання, є основою для формування оригінального мислення та інноваційної діяльності на рівні новітніх досягнень, набутих в процесі навчання з метою використання в майбутній професійній діяльності, або в контексті дослідницької роботи.

Система оцінювання та вимоги:

- "Відмінно" (90-100 балів) – студент міцно засвоїв теоретичний матеріал, глибоко і всебічно знає зміст навчальної дисципліни, основні положення наукових першоджерел та рекомендованої літератури, логічно мислить і буде відповідь, вільно використовує набуті теоретичні знання при аналізі практичного матеріалу, висловлює своє ставлення до тих чи інших проблем, пов'язує програмовий матеріал із профілем, демонструє високий рівень засвоєння практичних навичок.
- "Добре" (75-89 балів) – студент добре засвоїв теоретичний матеріал, завдання виконано повністю, відповідь обґрунтовано, висновки та пропозиції аргументовано й оформлено належним чином.
- "Добре" (65-74 балів) – студент добре засвоїв теоретичний матеріал, але припускається певних помилок у логіці викладу теоретичного змісту або при аналізі практичного.

- "Задовільно" (58-64 балів) – студент в основному опанував теоретичними знаннями навчальної дисципліни, орієнтується в першоджерелах та рекомендованій літературі, якщо допущені незначні помилки в розкритті термінів чи оформленні.
- "Задовільно" (50-57 балів) – студент в основному опанував теоретичними знаннями навчальної дисципліни, орієнтується в першоджерелах та рекомендованій літературі, але непереконливо відповідає, плутає поняття, додаткові питання викликають невпевненість або відсутність стабільних знань; відповідаючи на запитання практичного характеру, виявляє неточності у знаннях, не вміє оцінювати факти та явища, пов'язувати їх із майбутньою діяльністю.
- "Незадовільно" (1-49 балів) – студент не опанував навчальний матеріал дисципліни, не знає наукових фактів, визначень, майже не орієнтується в першоджерелах та рекомендованій літературі, відсутні наукове мислення, та сформованість практичних навичок.

Серед критеріїв рейтингової оцінки засвоєння здобувачами першого рівня вищої освіти навчального матеріалу з освітнього компоненту „Теорія та методика фізичного виховання”, передбачено отримання заохочувальних балів за такими видами робіт:

1.	Доповідь на науковій конференції з тематики дисципліни.	3	На міжнародній конференції.
		2	На міжвузівській конференції.
		1	На університетській конференції.
2.	Участь в I етапі Всеукраїнської студентської олімпіади з ТтаМФВ.	3	Переможець олімпіади.
		2	Призер олімпіади.
		1	Учасник олімпіади.
3.	Участь в II етапі Всеукраїнської студентської олімпіади з ТтаМФВ.	3	Переможець олімпіади.
		2	Призер олімпіади.
		1	Учасник олімпіади.
4.	Відсутність пропусків занять протягом семестру.	3	100% відвідування аудиторних занять.
5.	Публікація наукової статті, тез.	3	Заохочувальна оцінка
6.	Участь в проведенні лекційних занять	1	Заохочувальна оцінка
7.	Доповнення під час відповіді інших студентів на семінарських заняттях.	1	Заохочувальна оцінка

Якщо студент з неповажних причин не з'явився на підсумкову атестацію, а також не володіє достатнім рівнем знань та сформованістю професійних умінь

з означеного курсу, рівень його навчальних досягнень оцінюється незадовільно за національною шкалою та шкалою ECTS 1 – 34 F з обов'язковим повторним курсом.

Список рекомендованих джерел:

Основні

1. Круцевич Т. Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді : навч. посіб. / Т. Ю. Круцевич, М. І. Воробойв, Г. В. Безверхня. – К. : Олімп. Л-ра, 2011. – 224 с.

2. Теория и методика физического воспитания : учебник [для студентов вузов физического воспитания и спорта] : в 2-х т. / под ред. Т. Ю. Круцевич. – К., 2003. – Т. 1. – 2003. – 424 с.

3. Теория и методика физического воспитания : учебник [для студентов вузов физического воспитания и спорта] : в 2-х т. / под ред. Т. Ю. Круцевич. – К., 2003. – Т. 2. – 2003. – 391 с.

4. Теория и методика физического воспитания подр. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту: у 2т. [Т. Ю. Круцевич, Н.Є. Пангелова, О.Д. Кривчикова та ін.: за ред. Т. Ю. Круцевич]. – [2-ге вид., перероб. та доп.]. – К: Національний університет фізичного виховання і спорту України, вид-во «Олімп. л-ра», 2018. – Т. 1. Загальні основи теорії та методики фізичного виховання. – 392 с.

5. Теория и методика физического воспитания подр. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту: у 2т. [Т. Ю. Круцевич, Н.Є. Пангелова, О.Д. Кривчикова та ін.: за ред. Т. Ю. Круцевич]. – [3-тє вид., без змін]. – К: Національний університет фізичного виховання і спорту України, вид-во «Олімп. л-ра», 2018. – Т. 2. Методика фізичного виховання різних груп населення. – 448 с.

6. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б. М. Шиян. – Тернопіль : Богдан, 2001. – Ч. 1– 272 с.

7. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б. М. Шиян. – Тернопіль : Богдан, 2002. – Ч. 2– 248 с.

Додаткові

8. Арефьев В. Г. Основы теории та методики физического воспитания : [підручник] / В. Г. Арефьев. – К. : НПУ імені М.П.Драгоманова, 2010. – 268 с.

9. Москаленко Н. В. Фізичне виховання молодших школярів : [монографія] / Н. В. Москаленко. – Дніпропетровськ : Інновація, 2007. – 252 с.

10. Шамардіна Г. М. Основы теории і методики фізичного виховання : Вибрані лекції. Г. М. Шамардіна. – Дніпропетровськ: Пороги, 2004. – 415 с.

Інтернет-ресурси

11. www.fizkult-ura.ru/books/fitness

12. bdpu.org

13. <http://www.rsl.ru>

14. <http://www.infosport.ru>