

Рівненський державний гуманітарний університет
Психолого-природничий факультет

Кафедра Теорії і практики фізичної культури і спорту

Назва дисципліни	Теорія і методика фізичного виховання
Загальна кількість кредитів та кількість годин для вивчення дисципліни	4 кредити / 120годин
Вид підсумкового контролю	Залік
Мова викладання	українська
Викладач	Кіндрат Вадим Кирилович, професор кафедри теорії і практики фізичної культури і спорту РДГУ Давидюк Ірина Василівна, старший викладач кафедри Теорії і практики фізичної культури і спорту
CV викладача на сайті кафедри	http://rshu-som.rv.ua/
E-mail викладача:	drozdz_1@ukr.net davudjyk680@gmail.com
Консультації	<i>Очні консультації:</i> розклад присутності на кафедрі згідно з графіком консультацій <i>Он лайн- консультації:</i> розклад присутності викладача на спеціальному форумі (в інтернет мережах) згідно з графіком консультацій.

Мета дисципліни. Формування професійних, організаційних та методичних знань, вмінь та навичок, які необхідні у подальшій діяльності фахівця.

Завдання дисципліни: 1.Ознайомити здобувачів з базовими поняттями фізичного виховання, метою, завданнями та основами соціальної практики національної системи фізичного виховання; закономірностями і особливостями прояву методичних принципів навчання та шляхами їх реалізації в процесі фізичного виховання; засобами і методами фізичного виховання, особливостями основних організаційних форм фізичного виховання тощо.

2. Навчити творчо використовувати отримані знання з теорії і методики фізичного виховання при вирішенні педагогічних, навчально-виховних, науково-методичних завдань.

3. Сприяти активізації пізнавальної діяльності здобувачів, формувати вміння самостійно поповнювати знання, здійснювати науково-дослідну роботу, орієнтуватись в спеціальній науково-педагогічній літературі згідно профілю підготовки.

Загальні компетентності (ЗК)

ЗК 02. Здатність застосувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК 10. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.

Спеціальні (фахові, предметні) компетентності (СК)

СК 01. Здатність аналізувати будову, нормальний та індивідуальний розвиток людського організму та його рухові і пов'язані з ними функції, що забезпечують активність і участь особи.

СК 02. Здатність враховувати у практичній діяльності медико-біологічні, психолого-педагогічні, соціальні аспекти, пов'язані з практикою фізичної терапії.

СК 05. Здатність під supervізією фізичного терапевта, ефективно реалізовувати програму фізичної терапії відповідно до функціональних можливостей пацієнта/клієнта.

СК 08. Здатність ефективно спілкуватися, зокрема навчати пацієнта/клієнта, його родину й опікунів самообслуговуванню/догляду, профілактиці захворювань, травм, ускладнень та обмежень життєдіяльності, та популяризувати здоровий спосіб життя.

3.Очікувані результати навчання

Програмні результати навчання

Програмні результати навчання формулюються та деталізуються на підставі програмних результатів навчання (РН), відповідно до освітньо-професійної програми

РН 01. Використовувати рухову активність людини для зміцнення та збереження індивідуального та громадського здоров'я.

РН 07. Застосовувати знання медико-біологічних, психолого-педагогічних, соціальних аспектів у практиці фізичної терапії; виявляти та враховувати зв'язки різних елементів.

РН 12. Реалізовувати індивідуальну програму фізичної терапії, або компоненти індивідуального реабілітаційного плану, які стосуються фізичної терапії під supervізією фізичного терапевта, уміти здійснювати заходи фізичної терапії для корекції порушень структури/функцій та асоційованих з ними обмежень активності та участі.

РН16 Вербально і невербально спілкуватися з особами та групами співрозмовників, різними за віком, рівнем освіти, соціальною і професійною приналежністю, психологічними та когнітивними якостями тощо, зокрема у мультидисциплінарній команді.

Очікувані результати навчання

Програмні результати навчання

Програмні результати навчання формулюються та деталізуються на підставі програмних результатів навчання (РН), відповідно до освітньо-професійної програми

РН 07. Застосовувати знання медико-біологічних, психолого-педагогічних, соціальних аспектів у практиці фізичної терапії; виявляти та враховувати зразки різних елементів.

РН 10. Визначати симптоми та синдроми; описувати обмеження функціонування пацієнта/клієнта за Класифікатором функціонування, обмеження життєдіяльності та здоров'я НК 030:2022 та визначати реабілітаційні інтервенції за Класифікатором медичних інтервенцій НК 026:2021.

РН 11. Застосовувати компоненти обстеження та контролю у фізичній терапії; використовувати методи й інструменти визначення та вимірювання структурних змін, та порушених функцій організму, активності та участі; оцінювати отриману інформацію.

РН 19. Оцінювати себе критично, засвоювати нову фахову інформацію, поглиблювати знання за допомогою самоосвіти, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.

Зміст навчальної дисципліни

Теоретико-методичні основи Теорії і методики фізичного виховання

Змістовий модуль 1.

Тема 1 Теорія і методика фізичного виховання як наукова і навчальна дисципліна.

Тема 2. Основні поняття теорії та методики фізичного виховання. Значення понятійного апарату теорії і методики фізичної культури. Базові поняття і їх взаємозв'язок: фізичний розвиток, фізична підготовка, фізична підготовленість, фізичне виховання, фізична культура, фізична освіта, рухова активність, спорт, фізична досконалість. .

Тема 3. Система фізичного виховання Принципи фізичного виховання.

Тема 4. Засоби фізичного виховання.

Тема 5. Методи фізичного виховання.

Тема 6. Форми організації та побудови занять фізичними вправами. Педагогічні технології управління, планування, контролю та обліку у фізичному вихованні.

Технологія проведення занять з фізичного виховання

Змістовий модуль 2.

Тема 7. Фізичне виховання школярів. Завдання фізичного виховання.

Тема 8. Основи навчання рухових дій

Тема 9. Загальна характеристика фізичних якостей. Загальна характеристика рухових якостей людини. Перенос рухових якостей. Засоби розвитку рухових якостей. Вплив природних і гігієнічних чинників на ефективність розвитку рухових якостей. Адаптація - як основа вдосконалення фізичних якостей. Алгоритм методики розвитку рухових якостей.

Тема 10. Основи методики фізичного виховання різних груп населення

Тема 11. Фізичні навантаження та відпочинок. Фізичні навантаження та відпочинок як фактори впливу на фізичний розвиток. Показники фізичного навантаження. Суперкомпенсація. Різновиди інтервалів відпочинку.

Тема 12. Організація і методика занять у різних ланках системи фізичного виховання.

Рекомендована література та інформаційні ресурси

Основна

1. Вільчковський Е.В., Курок О. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: навч. посібник Суми: ВТД «Університетська книга», 2008. 428 с.
2. Круцевич Т. Ю. Безверхня Г.В. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення: навч.посіб. К.: Олімп.л-ра, 2010. 248 с.
3. Круцевич Т. Ю. Воробйов М.І., Безверхня Г.В. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків и молоді: навч.посіб. К.: Олімп.л-ра, 2011. 224 с.
4. Методика фізичного виховання учнів 1–11 класів: навчальний посібник. Колектив авторів: М.Д. Зубалій, Л.В. Волков, С.І. Жевага, В.В. Івашковський, А.І. Ільченко, В.І. Мудрік, І.В. Мудрік, О.І. Остапенко, Є.В. Столітенко, М.В. Тимчик, А.І. Шинкарьок [за ред. М.Д. Зубалія]. К. НАПНУ, 2012. 216 с.

Додаткова

1. Теорія і методика фізичного виховання: підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту: у 2 т. За ред. Круцевич Т.Ю. 2-е вид. переробл.та доп.К.: НУФВСУ, вид Олімп.л-ра, 2017. Т.1. 384 с.
2. Теорія і методика фізичного виховання: підруч. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту: у 2 т. За ред. Круцевич Т.Ю. 2-е вид. переробл.та доп. К.: НУФВСУ, вид Олімп.л-ра, 2017. Т.2. 448 с.
3. Фізичне виховання та спеціальна фізична підготовка : навч. посіб. / С.І. Глазунов, Л.Я. Іващенко, С.М. Жембровський, О.В. Молоков, Ю.В. Муштатов, Ю.С. Фіногенов. К. : НУОУ, 2017. 284 с.
4. Линець М. М. Основи методики розвитку рухових якостей : [навч. посіб. для фізкультурних вузів] / М. М. Линець. Львів, 1995. 235 с.
5. Фізичне виховання, спеціальна фізична підготовка та спорт: підручник / колектив авторів; за ред. Ю.С. Фіногенова. К : НУОУ ім. Івана Черняховського, 2014. 468 с.

6. Худолій О.М. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання: Навч. посібник. 2-е вид., випр. Харків: «ОВС», 2008. 406 с.
7. Шиян Б.М. . Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1. – Тернопіль: Навчальна книга Богдан, 2006. 248 с.
8. Шиян Б.М. . Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 2. – Тернопіль: Навчальна книга Богдан, 2006. 304 с.
9. Introduction to exercise science / Terry Housh, Dona Housh and Glen Johnson. Description: Fifth edition. / Milton Park, Abingdon, Oxon ; New York, NY : Routledge, 2018.

Інформаційні (інтернет) ресурси

1. Бібліотечні фонди, інтернет, архів.
2. Підписки на електронні копії періодичних видань. Газети і журнали випускають свої повні електронні копії і надають до них доступ.
3. Доступ до електронних архівів і баз даних, що містить інформацію з найрізноманітніших питань:
4. Аналітичні звіти і дослідження. Власні аналітичні матеріали і прогнози.
5. <http://www.rshu.edu.ua> – сайт Рівненського державного гуманітарного університету
6. <http://library.rshu.edu.ua> – сайт наукової бібліотеки Рівненського державного гуманітарного університету.
7. <http://som-rshu.rv.ua> – сайт кафедри теорії і практики фізичної культури і спорту РДГУ.
8. <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/3808-12> – Закон України «Про фізичну культуру і спорт»
9. <http://www.president.gov.ua/documents/422016-19772> – указ президента України Про Національну стратегію з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність - здоровий спосіб життя – здорова нація»
10. <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/1148/2004> – указ президента України Про Національну доктрину розвитку фізичної культури і спорту
11. www.osvita.org.ua – освітній портал, що містить структуровані освітні ресурси України, базу даних ВНЗ України.

Система оцінювання

Рівень знань здобувачів вищої освіти оцінюється згідно з Положенням про оцінювання знань і умінь здобувачів вищої освіти РДГУ. Підсумкова (загальна) оцінка з навчальної дисципліни є сумою рейтингових оцінок (балів), одержаних за окремі оцінювальні форми навчальної діяльності: поточне та підсумкове оцінювання рівня засвоєння теоретичного матеріалу під час аудиторних занять та самостійної роботи; оцінка (бали) за виконання практичних завдань; оцінка (бали) за практичну діяльність; оцінка (бали) за участь у наукових конференціях, олімпіадах, підготовку наукових публікацій тощо.

Розподіл балів, які отримують здобувачі вищої освіти при вивченні дисципліни

Колоквіум та самостійна робота 10										Підсумковий контроль	Сума
Змістовий модуль № 1				Змістовий модуль № 2							
T1,2	T3,4	T5	T6	T7	T8	T9	T10	T11	T12	20	100
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5		
Модульний контроль(тестування) 10											

Розподіл балів, які отримують здобувачі вищої освіти під час вивчення дисципліни

№ з/п.	Вид навчальної діяльності	Оціночні бали	Кількість балів
Обов'язкові			
T1-T6	та лабораторні заняття	5*6	30
T6-T12	Виконання завдань під час лабораторних занять	5*6	30
Модульний контроль - поточне тестування		10	10

Модульний контроль колоквиум	5	5
Виконання завдань самостійної роботи. Презентації та дослідження з теми	5	5
Підсумковий контроль	20	20
Разом	100	

Політика оцінювання

Політика щодо дедлайнів та перескладання. Завдання здобувачі вищої освіти мають виконувати і здавати відповідно до графіку освітнього процесу. Перескладання модулів, заліків, екзаменів відбувається у терміни ліквідації академічних заборгованостей, визначених кафедрами та деканатами.

Політика щодо академічної доброчесності. Здобувач вищої освіти під час виконання самостійної та індивідуальної роботи повинен дотримуватись політики доброчесності. У разі наявності плагіату в будь-яких видах робіт здобувача вищої освіти він отримує незадовільну оцінку і повинен повторно виконати завдання, які передбачені у силабусі.

Силабус розроблено на основі робочої програми навчальної дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» (протокол від “29”травня 2025 року № 5).