



Силабус
навчальної дисципліни
«ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО
ВИХОВАННЯ»

Спеціальність
017 «Фізична культура і спорт»
Галузь знань 01 «Освіта/Педагогіка»
освітній рівень - бакалавр

1. Загальна інформація	
Назва факультету	Фізичної культури та спорту
Освітня програма (назва, рівень вищої освіти, форма навчання)	Фізична культура і спорт, перший (бакалаврський) рівень вищої освіти, денна форма навчання
Навчальний рік	2020-2021
Кафедра (назва, адреса, телефон, e-mail)	Фізичної культури та спорту Каб. 144, корпус Ц +38(066)3930091 kafedra-fizvuh.pntu@ukr.net
Керівник кафедри (ПІБ, науковий ступінь, вчене звання, контактний e-mail)	Рибалко Ліна Миколаївна, доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри фізичної культури та спорту e-mail: lina-rybalko@ukr.net
Викладачі, що викладають дисципліну (ПІБ, науковий ступінь, вчене звання, контактний e-mail)	РИБАЛКО ЛІНА МИКОЛАЇВНА (лектор) Посада: завідувач кафедри Науковий ступінь: доктор педагогічних наук Вчене звання: професор e-mail: lina-rybalko@ukr.net Контактний телефон: +38(066)3930091 ОСТАПОВ АНДРІАН ВАСИЛЬОВИЧ (викладач практичних занять) Посада: старший викладач e-mail: elenaostapova04@gmail.com Контактний телефон: +38(095)1783717
Особа, відповідальна за силабус	Рибалко Ліна Миколаївна, доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри фізичної культури та спорту e-mail: lina-rybalko@ukr.net
Рік навчання (рік, на якому реалізується вивчення дисципліни)	2 (другий)
Семестр (семестр,	3 і 4 (третій, четвертий)

<i>на якому реалізується вивчення дисципліни)</i>	
Тип дисципліни (обов'язкова/вибіркова)	Обов'язкова
Обсяг дисципліни (кількість кредитів ЄКТС, загальна кількість годин)	8 кредитів/240 годин
Кількість годин (лекції, практичні заняття, самостійна робота студентів)	Л-42 год П-46 год СРС-152 год
Мова навчання	Українська
2. Опис дисципліни	
Загальна характеристика	Навчальна дисципліна «Теорія і методика фізичного виховання» є обов'язковою навчальною дисципліною, яка займає чільне місце в освітній програмі «Фізична культура і спорт», забезпечуючи формування як загальних, так і фахових компетентностей у майбутніх бакалаврів фізичної культури та спорту.
Мета вивчення дисципліни	Метою вивчення навчальної дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» є формування системи знань про загальні закономірності, принципи, засоби, методи та форми організації фізичного виховання; зміст методики фізичного виховання, набуття вмінь і навичок самостійної роботи щодо засвоєння навчального матеріалу про теорію і методику фізичного виховання.
Предмет вивчення дисципліни	Предметом вивчення навчальної дисципліни є загальні закономірності, принципи та методика фізичного виховання та їх реалізація в педагогічному процесі, який має конкретну спрямованість щодо розвитку фізичних якостей в учнів/студентів.
Цілі навчання (основні завдання вивчення дисципліни)	Основними завданнями вивчення навчальної дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» є: • здійснення теоретичного аналізу проблем теорії і методики фізичного виховання; • розкриття принципів і загальних закономірностей фізичного виховання; • ознайомлення з засобами, методами та формами фізичного виховання людини різних вікових груп; • розвиток умінь та навичок формування формування

	здорового способу життя; • ознайомлення зі змістом і складниками методики організації фізичного виховання у закладах освіти; • формування знань про фізичні якості людини та особливості методики їх розвитку.
Пререквізити	Дисципліни, базові знання та результати навчання яких необхідні студенту для успішного навчання та опанування компетентностями з дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання»: • «Анатомія людини»; • «Фізіологія рухової активності та спорту» • «Фізіологія людини» • «Вступ до спеціальності».
Пореквізити	Знання з теорії і методики фізичного виховання можуть бути використані під час вивчення таких навчальних дисциплін, як: «Теорія і методика викладання футболу», «Теорія і методика викладання легкої атлетики», «Теорія і методика спорту вищих досягнень», «Біомеханіка» та при написанні курсової роботи з теорії та методики фізичного виховання.
3. Структура і зміст дисципліни	
Змістовий модуль 1. Теоретичні засади фізичного виховання	Вступ Теорія та методика фізичного виховання як навчальна та наукова дисципліна. Базові поняття та терміни. Мета, завдання та сучасні проблеми фізичного виховання. Об'єкт і предмет фізичного виховання. Структура навчальної дисципліни ТМФВ. Міждисциплінарні зв'язки фізичного виховання. Тема 1. Методи дослідження фізичного виховання. Поняття про методи дослідження у фізичному вихованні. Класифікація методів дослідження у фізичному вихованні. Загальнонаукові методи дослідження та їх характеристика. Емпіричні методи дослідження та особливості застосування. Статистичні методи дослідження. Тема 2. Принципи та закономірності процесу фізичного виховання. Поняття про принципи організації процесу фізичного виховання. Класифікація педагогічних принципів та їх дотримання у фізичному вихованні. Закономірності процесу організації фізичного виховання, їх характеристика.
Змістовий модуль 2. Методичні засади фізичного виховання	Тема 3. Засоби фізичного виховання Поняття про засоби фізичного виховання. Класифікація засобів фізичного виховання. Поняття про техніку виконання фізичних вправ. Види фізичних вправ. Тема 4. Методи фізичного виховання

	Поняття про методи фізичного виховання. Класифікація методів фізичного виховання. Специфічні методи (ігровий, змагальний, суворо регламентований), їх характеристика. Загальнопедагогічні методи, їх характеристика. Практичні методи фізичного виховання. Тема 5. Форми фізичного виховання Поняття про форми фізичного виховання. Урок як основна форма фізичного виховання. Структура уроку фізичного виховання. Різновиди уроку. Організація діяльності учнів на уроці. Позаурочні форми фізичного виховання. Тема 6. Методика фізичного виховання Структура та зміст методики фізичного виховання. Розроблення методики фізичного виховання відповідно до вікових можливостей учнів. Методичні рекомендації та їх особливості розроблення.
Змістовий модуль 3. Організація процесу фізичного виховання	Тема 7. Програми та планова документація з фізичного виховання Поняття про програми та документацію з фізичного виховання. Планування процесу фізичного виховання. Основні документи, що контролюють фізичне виховання. Форми контролю з ФВ. Педагогічне спостереження на уроці. Самоконтроль та його значення у фізичному вихованні. Тема 8. Техніка виконання фізичних вправ Поняття про техніку виконання фізичних вправ. Характеристика рухів. Рухові дії як предмет навчання. Етапність вивчення рухів. Закономірності формування рухових вмінь та навичок. Теорія перенесення рухових навичок. Структура вивчення рухів. Особливості контролю та оцінка виконання рухів. Тема 9. Фізичні якості людини та їх розвиток у різні вікові періоди людини Поняття про фізичні якості людини. Характеристика фізичних якостей людини. Розвиток фізичних якостей у дошкільному, шкільному та студентському віці. Методика виховання фізичних якостей. Тема 10. Сила як фізична якість людини Поняття сили у фізичному вихованні. Види силових здібностей. Механізми прояву та регулювання м'язової сили. Тема 11. Швидкість як фізична якість людини Характеристика швидкості. Види швидкісних здібностей. Методика розвитку швидкості простої та складної моторних реакцій. Швидкість рухів. Тема 12. Спритність як фізична якість людини Поняття спритності у фізичному вихованні. Шляхи розвитку спритності. Методика розвитку спритності.

	Тема 13. Витривалість як фізична якість людини Поняття витривалості у фізичному вихованні. Види витривалості. Втомлюваність та показники витривалості. Особливості розвитку спеціальної витривалості. Тема 14. Гнучкість як фізична якість людини Поняття гнучкості у фізичному вихованні. Методика розвитку гнучкості.		
4. Підсумковий контроль			
Загальна система оцінювання	Участь у роботі впродовж семестру/екзамен 50%/50% за 100-бальною шкалою		
Шкала оцінювання: національна та ЄКТС	100-бальна рейтингова система оцінювання	Оцінка за шкалою ЄКТС	Оцінка за національною для екзамену, диференціального курсового проєкту (ро
	90 – 100	A – відмінно	5 – відмінно
	82 – 89	B – дуже добре	4 – добре
	74 – 81	C – добре	
	64 – 73	D – задовільно	3 – задовільно
	60 – 63	E – достатньо	
	35 – 59	FX – незадовільно з можливістю повторного складання	2 – незадовільно
	0 – 34	F – незадовільно з обов’язковим повторним вивченням дисципліни	
Умови допуску до підсумкового контролю	Студент відвідав усі практичні заняття. Для допуску до екзамену необхідно мати не менше 25 балів поточної успішності.		
Вид підсумкового контролю	Підсумковим контролем є екзамен. Він здійснюється відповідно до вимог «Положення про організацію освітнього процесу в Національному університеті «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка».		
Критерії оцінювання екзамену/диференційованого заліку	Критерієм успішного проходження здобувачем освіти підсумкового оцінювання може бути досягнення ним мінімальних порогових рівнів оцінок за кожним запланованим результатом вивчення навчальної дисципліни.		
Максимальна кількість балів	100		
Мінімальна кількість балів, що демонструє рівень	60		

засвоєння дисципліни	
5. Інформаційне, методичне та матеріально-технічне забезпечення	
Інформаційне забезпечення з фонду та депозитарію НТБ університету	Науково-технічна бібліотека Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»: 1. Боднар І. Теорія, методика і організація фізичного виховання учнів спеціальної медичної групи :навчально-методичний посібник. Львів : Українські технології, 2015. 48 с. 2. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання: підручник [для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту] / Круцевич Т. Ю. К.: Видавництво НУФВСУ «Олімпійська література», 2008. Т. 1. 390 с. 3. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання: підручник [для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту] / Круцевич Т. Ю. К.: Видавництво НУФВСУ «Олімпійська література», 2008. Т. 2. 330 с. 4. Рибалко Л.М. Теорія і методика фізичного виховання : курс лекцій для студентів дистанційної форми навчання спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» першого (бакалаврського) рівня вищої освіти. Полтава : Національний університет імені Юрія Кондратюка, 2020. 150 с. 5. Рибалко Л.М. Теорія і методика фізичного виховання : навчальний посібник для студентів денної форми навчання спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» першого (бакалаврського) рівня вищої освіти. Полтава : Національний університет імені Юрія Кондратюка, 2021. 180 с. 6. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів: підруч. [для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту] / Шиян Б. М. Тернопіль: Навчальна книга, 2009. Ч. 1. 248 с. 7. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів: підруч. [для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту] / Шиян Б. М. Тернопіль: Навчальна книга, 2009. Ч. 2. 280 с. Репозитарій НТБ:
Методичне забезпечення	1. Робоча програма «Теорія і методика фізичного виховання» для студентів спеціальності 017«Фізична культура і спорт» першого (бакалаврського) рівня вищої освіти. Складена відповідно до освітньої програми «Фізична культура і спорт». Полтава: Національний

	університет імені Юрія Кондратюка, 2020. 13 с. 2. Рибалко Л.М. Методичні вказівки до практичних занять із навчальної дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» для студентів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» освітнього рівня бакалавр. – Полтава : Національний університет імені Юрія Кондратюка, 2021. – 67 с. 3. Рибалко Л.М. Теорія і методика фізичного виховання : курс лекцій для студентів дистанційної форми навчання спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» першого (бакалаврського) рівня вищої освіти. – Полтава : Національний університет імені Юрія Кондратюка, 2020. – 150 с. 4. Рибалко Л.М. Теорія і методика фізичного виховання : навчальний посібник для студентів денної форми навчання спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» першого (бакалаврського) рівня вищої освіти. – Полтава : Національний університет імені Юрія Кондратюка, 2021. – 180 с.
Локація та матеріально-технічне забезпечення	Аудиторія 143-Ц теоретичного навчання, проектор, мультимедіа
5. Оригінальність навчальної дисципліни	
Оригінальність дисципліни	Авторський курс, викладання українською мовою
Розміщення на дистанційній платформі	Платформа дистанційної освіти університету Moodle https://dist.nupp.edu.ua/course/view.php?id=2001
6. Література	
Обов'язкова	1. Ареф'єв В.Г. Фізичне виховання в школі / В.Г. Ареф'єв, В.В. Столітенко. К. : ІЗМН, 2009. 280 с. 2. Боднар І. Теорія, методика і організація фізичного виховання учнів спеціальної медичної групи :навчально-методичний посібник. Львів : Українські технології, 2015. 48 с. 3. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання: підручник [для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту] / Круцевич Т. Ю. К.: Видавництво НУФВСУ «Олімпійська література», 2008. Т. 1. 390 с. 4. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання: підручник [для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту] / Круцевич Т. Ю. К.: Видавництво НУФВСУ «Олімпійська література», 2008. Т. 2. 330 с. 5. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання

	школярів: підруч. [для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту] / Шиян Б. М. Тернопіль: Навчальна книга, 2009. Ч. 1. 248 с. 6. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів: підруч. [для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту] / Шиян Б. М. Тернопіль: Навчальна книга, 2009. Ч. 2. 280 с.
Додаткова	1. Арєф'єв В.Г. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту): Навчальний посібник для студентів навчальних закладів II – IV рівнів акредитації. / В.Г. Арєф'єв, А.Г. Єдинак. – 2-е вид. перероб. і доп. – Кам'янець-Подільський: Абетка- НОВА, 2011. – 384 с. 2. Канішевський С. М. Умови, стан і перспективи розвитку фізичного виховання у ЗНЗ України / С. М. Канішевський, Р. Т. Раєвський, В. П. Краснов, А. Г. Рибковський, С. І. Присяжнюк, Н. О. Третьяков // Теорія і практика фізичного виховання. – 2018. – №1. – С. 139-145. 3. Особливості фізичного виховання у спеціальних медичних групах : методичні рекомендації / Я.М. Яців, Ю.О. Полатайко, Е.Й. Лапковський, З.В. Дума, Л.Б. Маланюк, Г.О. Пятничук, А.В. Синиця, Л.А. Хохлова. – Івано-Франківськ: Місто-НВ, 2012 – 47 с.