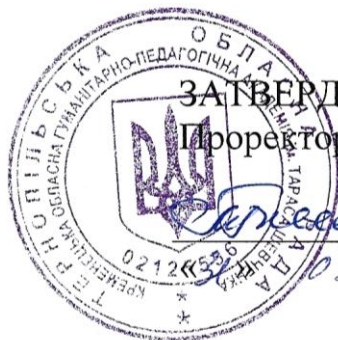


Тернопільська обласна рада  
Управління освіти і науки Тернопільської обласної державної адміністрації  
Кременецька обласна гуманітарно-педагогічна академія  
ім. Тараса Шевченка

Кафедра теорії та методики фізичного виховання



ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор з навчальної роботи

М. Б. Боднар

2020 р.

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**  
**МЕТОДИКА НАВЧАННЯ ОСВІТНЬОЇ ГАЛУЗІ**  
**«ЗДОРОВ'Я І ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА»**  
*(методика навчання основам здоров'я, фізична культура з  
методикою навчання)*

рівень вищої освіти – *перший (бакалаврський)*  
галузь знань - *01 Освіта / Педагогіка*  
спеціальність - *013 Початкова освіта*  
освітньо-професійна програма – *Початкова освіта*

Кременець – 2020 р.

Голуб В. А., *Методика навчання освітньої галузі «Здоров'я і фізична культура» (методика навчання основам здоров'я, фізична культура з методикою навчання): робоча програма навчальної дисципліни для студентів спеціальності 013 Початкова освіта / В. А. Голуб. – Кременець, 2020 р. – 24 с.*

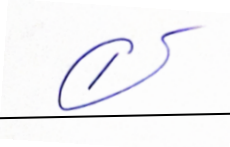
Розробник:

Голуб В. А. – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,  
доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри теорії та методики фізичного виховання.

Протокол №1 від 31 серпня 2020 року.

Завідувач кафедри



В.А.Голуб

## ВСТУП

Навчальна дисципліна «Методика навчання освітньої галузі «Здоров'я і фізична культура» (методика навчання основам здоров'я, фізична культура з методикою навчання) є нормативною дисципліною циклу професійної підготовки фахівців за першим (бакалаврським) рівнем освітньо-професійної програми Початкова освіта.

Предметом вивчення навчальної дисципліни є процес навчання основам здоров'я, та загальні закономірності функціонування і розвиток фізичної культури, а також налагодження окремих закономірностей у педагогічному процесі, який має конкретну спрямованість в початковій школі.

Фізична культура як складова загальної культури, закладає основи збереження здоров'я та розвитку всіх його складових, використовує комплексний підхід до формування розумових та фізичних якостей і навичок, удосконалює фізичну та психологічну підготовку до активної життєдіяльності, формує пріоритети оздоровчої спрямованості фізичних вправ та забезпечує загальний культурний розвиток особистості.

Міждисциплінарні зв'язки: педагогіка (дидактика), основи валеології, фізіологія, анатомія, теорія і методика фізичного виховання.

## 1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		<i>денна форма навчання</i>	<i>заочна форма навчання</i>
Кількість кредитів – 5	Галузь знань 01Освіта / Педагогіка	Нормативна	
	Спеціальність: 013 «Початкова освіта»		
Загальна кількість годин –150	Освітньо-професійна програма підготовки бакалавра	<b><i>Рік підготовки:</i></b>	
		4-й	4-й
<b><i>Семестр</i></b>			
7-й		7-й	
<b><i>Лекції</i></b>			
34 год.		14 год.	
<b><i>Практичні</i></b>			
34 год.		10 год.	
<b><i>Лабораторні</i></b>			
-			
<b><i>Самостійна робота</i></b>			
82 год.	126 год.		
Вид контролю: екзамен			
Тижневих годин для денної форми навчання: 4			

### Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної і індивідуальної роботи становить:

для денної форми навчання – 45.3 % до 54.7%

для заочної форми навчання – 16% до 84%

## 2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета: сформувати професійні компетентності майбутніх учителів початкових класів з питань методики навчання освітньої галузі «Здоров'я і фізична культура».

Завдання: надати спеціальні теоретичні знання з галузі «Здоров'я і фізична культура», підготувати педагогів, здатних забезпечити всебічний розвиток дитини як особистості; виробити вміння застосувати набуті знання у практичній діяльності в межах навчально-виховного процесу початкової ланки освіти; сформувати мотиваційно-ціннісне ставлення до свого здоров'я.

У результаті вивчення курсу студент повинен оволодіти такими компетентностями:

<b>Інтегральна компетентність</b>	Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у професійно-педагогічній діяльності, що передбачає застосування теоретичних положень і методів педагогіки, психології та окремих методик навчання і характеризується комплексністю та невизначеністю умов.
<b>Загальні компетентності</b>	<b>ЗК1.</b> Знання та розуміння предметної області та професійної діяльності. <b>ЗК2.</b> Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями та застосовувати їх у практичних ситуаціях. <b>ЗК5.</b> Навички використання інформаційних і комунікаційних, здоров'язбережувальних технологій; пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел. <b>ЗК8.</b> Вміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми, що виникають в процесі професійної діяльності; приймати обґрунтовані рішення. <b>ЗК9.</b> Навички планування та управління часом;

	<p>уміння і здатність до прийняття рішень.</p> <p><b>ЗК11.</b> Навички здійснення безпечної діяльності; прагнення до збереження навколишнього середовища.</p> <p><b>ЗК12.</b> Здатність оцінювати та забезпечувати належну якість виконуваних робіт.</p>
<p><b>Фахові компетентності спеціальні (ФК)</b></p>	<p><b>ФК1.</b> Здатність усвідомлювати високе соціальне значення педагогічної професії та дотримуватися принципів професійної етики вчителя початкових класів.</p> <p><b>ФК 2.</b> Здатність проектувати і провадити освітній процес із врахуванням сучасного сталого розвитку суспільства та рівня розвитку особистості учня початкових класів.</p> <p><b>ФК 3.</b> Здатність діагностувати і оцінювати рівень розвитку, досягнення і освітні потреби особистості молодшого школяра.</p> <p><b>ФК5.</b> Здатність реалізовувати професійно-педагогічну діяльність в умовах відкритого освітнього середовища початкової школи.</p> <p><b>ФК6.</b> Здатність організовувати спільну діяльність і міжособистісну взаємодію суб'єктів педагогічного процесу Нової української школи.</p> <p><b>ФК9.</b> Здатність керуватися у професійно-педагогічній діяльності нормативно-правовими документами.</p> <p><b>ФК 11.</b> Здатність провадити педагогічну діяльність суб'єктів навчально-виховного процесу початкової ланки освіти в умовах Нової української школи.</p> <p><b>ФК 12.</b> Здатність впроваджувати сучасні педагогічні та інформаційно-комунікаційні технології у професійній діяльності.</p>

	<p><b>ФК 13.</b> Здатність трансформувати і впроваджувати передовий педагогічний досвід у власній професійній діяльності у галузі початкової освіти.</p> <p><b>ФК 16.</b> Вміння будувати взаємини з дітьми на основі гуманізму, демократизму, педоцентризму; налагоджувати спільну роботу школи, батьків, громадськості у освітньо-виховному процесі початкової школи.</p> <p><b>ФК 17.</b> Здатність працювати з дітьми, що мають особливі освітні потреби та обирати ефективні форми та методи, технології роботи з ними.</p> <p><b>ФК 18.</b> Здатність освоювати ряд навчальних та оцінювальних освітньо-педагогічних стратегій і розуміння їх теоретичних основ.</p>
--	--

#### **7- Програмні результати**

**ПРН-1.** Продемонструвати знання галузевого законодавства та нормативно-інструктивних матеріалів у сфері початкової освіти.

**ПРН-2.** Продемонструвати сучасні уявлення про тенденції, закономірності розвитку методик початкової освіти у контексті реалізації концепції НУШ.

**ПРН-4.** Володіти державною мовою як усно, так і письмово та спілкуватися іноземною мовою, здійснювати усну комунікацію в різноманітних освітніх контекстах.

**ПРН-7.** Проводити педагогічну освітню діяльність суб'єктів навчально-виховного процесу в умовах початкової школи, організувати навчально-виховний процес у загальноосвітньому навчальному закладі I ступеня.

**ПРН-9.** Застосовувати отримані знання при вирішенні педагогічних, навчально-виховних і науково-методичних завдань з урахуванням вікових й індивідуально-типологічних, соціально-психологічних особливостей дитячих колективів і конкретних педагогічних ситуацій.

**ПРН-10.** Вміти вести педагогічну роботу; визначати ступінь і глибину засвоєння навчального програмного матеріалу, прищеплювати учням навички

самостійного опанування й поповнення знань.

**ПРН-11.** Користуватися різноманітними методами і формами навчання, ефективними прийомами керівництва навчально-виховною діяльністю дитячих колективів.

**ПРН-14.** Вивчати, аналізувати та впроваджувати передовий педагогічний досвід в практику роботи загальноосвітніх закладів.

**ПРН-15.** Систематично підвищувати свою професійно-педагогічну майстерність.

**ПРН-17.** Застосовувати на практиці знання щодо безпечної діяльності, зокрема, в природі, в галузі наукової організації й охорони праці; застосовувати інформаційні та комунікаційні, здоров'язбережувальні технології в галузі початкової освіти.

**ПРН-20.** Працювати з дітьми, що мають особливі освітні потреби та обирати ефективні форми та методи, технології роботи з ними.

**ПРН-21.** Продемонструвати вміння вчитися і оволодівати сучасними знаннями та застосовувати їх у практичних ситуаціях.



### **3. Програма навчальної дисципліни**

#### **Модуль 1.**

#### **Концептуальні засади методики навчання основ здоров'я у початковій школі**

#### **Змістовний модуль 1**

#### **Методики навчання основ здоров'я у початковій школі**

**Тема 1.** Методика навчання основ здоров'я у початковій школі як навчальна дисципліна у фаховій підготовці бакалаврів початкової освіти. Предмет, завдання та структура дисципліни «Методика навчання основ здоров'я». Методологічні основи викладання основ здоров'я. Зв'язок з іншими дисциплінами. Методи досліджень.

**Тема 2.** Формування основ здорового способу життя молодших школярів. Холістична модель здоров'я. Базові поняття курсу: здоровий спосіб життя, безпечна поведінка, здоров'язбережувальна компетентність. Базові принципи формування здорового способу життя дітей і молоді. Психовалеологічні аспекти корекційної та рекреаційної роботи в школі.

**Тема 3.** Зміст валеологічної освіти у початковій школі. Напрямки розвитку валеологічної освіти. Державні нормативні документи, які відбивають зміст валеологічної освіти. Аналіз навчальної програми з «Основ здоров'я» для 1 – 4 класів. Вимоги до підручників та посібників з «Основ здоров'я».

#### **Змістовний модуль 2**

#### **Методичні основи викладання основ здоров'я.**

**Тема 1.** Форми та види позаурочної і позакласної роботи здоров'я формуючого спрямування: індивідуальні, групові, масові. Методи організації процесу навчання у методиці навчання основ здоров'я в 1-4 класах. Практичні роботи та їх види.

**Тема 2.** Зміст перспективної та безпосередньої підготовки вчителя початкових класів до уроків «Основи здоров'я». Загально-дидактичні вимоги до уроку з навчального предмету «Основи здоров'я» та його орієнтовна структура. Тренінг як форма організації урочного і

позаурочного навчання основам здоров'я. Структура тренінгового заняття. Зміст і методика проведення тренінгових вправ.

**Тема 3.** Дидактико-методичні основи організації контрольної оцінювальної діяльності вчителя з «Основ здоров'я» в 1-4 класах. Особливості оцінювання рівня навчальних досягнень учнів на уроках основ здоров'я. Види, форми і методи контролю та оцінки ефективності навчального процесу. Методичні рекомендації щодо поточної перевірки навчальних досягнень молодших школярів з предмета

«Основ здоров'я». Тематична перевірка навчальних досягнень учнів початкової школи з основ здоров'я. Семестрове і річне оцінювання.

### **Змістовний модуль 3**

#### **Методика вивчення розділів «Фізична складова здоров'я», «Соціальна складова здоров'я», «Психічна і духовна складові здоров'я»**

**Тема 1.** Зміст і вимоги щодо рівня загальноосвітньої підготовки молодших школярів за темами розділу «Фізична складова здоров'я» у 1-4 класах. Характеристика основних показників фізичного здоров'я. Формування у молодших школярів основ культури харчування як складової здорового способу життя. Актуальність проблеми навчання молодших школярів правилам раціонального харчування. Модульна освітньо-виховна програма для учнів «Абетка харчування».

**Тема 2.** Зміст і вимоги щодо рівня загальноосвітньої підготовки молодших школярів за темами розділу «Соціальна складова здоров'я» у 1-4 класах. Методичні рекомендації щодо вивчення тем про соціальне благополуччя людини та правил безпечної поведінки у навколишньому середовищі. Профілактика шкідливих звичок у контексті формування в учнів навичок протидії негативним соціальним впливам.

**Тема 3.** Змістове наповнення розділу «Психічна і духовна складові здоров'я». Валеологічні основи конфліктології і методи подолання конфліктних ситуацій. Орієнтовне проектування уроку з тем щодо спілкування з друзями, товаришами (з елементами використання

комп'ютерних технологій).

## **Модуль 2**

### **Фізичне виховання молодших школярів — складова частина навчально-виховного процесу**

#### **Змістовний модуль 1 Фізичне виховання молодших школярів**

**Тема 1.** Теорія і методика фізичного виховання як наукова і навчальна дисципліна. Основні поняття теорії: фізична культура, фізичне виховання, фізкультурна освіта, фізичний розвиток, фізична підготовленість, спорт (професійний, олімпійський, масовий), фізична рекреація, фізична реабілітація. Основи української національної системи фізичного виховання.

**Тема 2.** Засоби та принципи фізичного виховання. Фізичні вправи як основний засіб фізичного виховання. Природні і гігієнічні фактори як засіб фізичного виховання. Загальні, методичні та специфічні принципи побудови процесу фізичного виховання

**Тема 3.** Методи фізичного виховання. Практичні методи навчання. Методи використання слова (словесні методи) і демонстрації. Загальна характеристика фізичних якостей людини та методика їх удосконалення . Поняття про фізичні вправи. Методика розвитку швидкості, сили, гнучкості, витривалості і спритності. Сутність процесу навчання. Визначення понять. Навчання учнів теоретичного матеріалу. Особливості навчання рухових дій.

## **Змістовний модуль 2.**

### **Методика фізичного виховання. Організаційні форми фізичного виховання. Їх структурні та методичні особливості**

**Тема 1.** Загальна характеристика структурних та методичних особливостей форм занять у фізичному вихованні. Основи структури занять. Урочні форми занять. Позакласні форми занять. Позашкільні форми занять у початковій школі.

**Тема 2.** Урок фізичної культури як основна форма фізичного виховання. Зміст і структура уроку. Загальна структура уроку фізичної культури. Підготовка до уроку і його проведення. Етапи підготовки вчителя до уроку. Дозування навантаження, щільність уроку. Зовнішня сторона навантаження. Внутрішня сторона навантаження.

**Тема 3.** Планування і контроль роботи з фізичного виховання школярів Основи планування і контролю навчальної роботи з фізичної культури. Функції педагогічного планування. Документи планування. Контроль навчального процесу як обов'язкова умова його ефективності. Завдання і функції контролю. Форми і типи педагогічного контролю. Самоконтроль у фізичному вихованні школярів.

### **Змістовний модуль 3**

#### **Організація, зміст і методика проведення занять фізичними вправами школярів у режимі навчального дня школи**

**Тема 1.** Організація, зміст і методика проведення занять фізичними вправами школярів у режимі навчального дня школи. Форми занять фізичними вправами школярів у режимі навчального дня школи. Гімнастика перед уроками. Фізкультурні хвилинки. Рухливі перерви. Заняття фізичними вправами у групі подовженого дня.

**Тема 2.** Позакласна й позашкільна спортивно-масова робота в школі. Форми позакласної та позашкільної роботи з фізичного виховання школярів. Організація, зміст і методика проведення секційних занять в школі. Організація, зміст і методика проведення занять в групах ЗФП, гуртках фізичної культури. Організація, зміст і методика проведення некласифікаційних змагань. Організація, зміст і методика проведення спортивних вечорів, свят, «Днів здоров'я».

**Тема 3.** Самостійні заняття учнів фізичними вправами. Форми самостійних занять. Ранкова гігієнічна гімнастика. Фізкультурні паузи під час приготування уроків удома. Домашні завдання з фізичної культури.

#### 4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин							
	денна форма				Заочна форма			
	усього	у тому числі			усього	у тому числі		
		л	п	с.р.		л	п	с.р.
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Модуль 1 (7 семестр)</b>								
<b>Концептуальні засади методики навчання основ здоров'я у початковій школі</b>								
<b>Змістовий модуль 1.</b>								
<b>Методики навчання основ здоров'я у початковій школі</b>								
<b>Тема 1.</b> Методика навчання основ здоров'я у початковій школі як навчальна дисципліна у фаховій підготовці бакалаврів початкової освіти.	9	2	2	5	14	1	1	12
<b>Тема 2.</b> Формування основ здорового способу життя молодших школярів.	8	2	2	4	9	1		8
<b>Тема 3.</b> Зміст валеологічної освіти у початковій школі. Напрямки розвитку валеологічної освіти.	8	2	2	4	10			10
<b>Змістовий модуль 2 Методичні основи викладання основ здоров'я.</b>								
<b>Тема 1.</b> Форми та види позаурочної і позакласної роботи здоров'я формуючого спрямування: індивідуальні, групові, масові.	8	2	2	4	8	1	1	6
<b>Тема 2.</b> Зміст перспективної та безпосередньої підготовки вчителя початкових класів до уроків «Основи здоров'я».	8	2	2	4	10	1	1	8
<b>Тема 3.</b> Дидактико-методичні основи організації контрольної оцінювальної діяльності вчителя з «Основ здоров'я» в 1-4 класах.	9	2	2	5	8			8
<b>Змістовий модуль 3</b>								

<b>Методика вивчення розділів «Фізична складова здоров'я», «Соціальна складова здоров'я», «Психічна і духовна складові здоров'я»</b>								
<b>Тема 1.</b> Зміст і вимоги щодо рівня загальноосвітньої підготовки молодших школярів за темами розділу «Фізична складова здоров'я» у 1-4 класах.	9	2	2	5	6	1	1	4
<b>Тема 2.</b> Зміст і вимоги щодо рівня загальноосвітньої підготовки молодших школярів за темами розділу «Соціальна складова здоров'я» у 1-4 класах.	9	2	2	5	6	1	1	4
<b>Тема 3.</b> Змістове наповнення розділу «Психічна і духовна складові здоров'я».	8	2	1	5	5	1		4
<b>Разом за модулем 1</b>	<b>76</b>	<b>18</b>	<b>17</b>	<b>41</b>	<b>76</b>	<b>7</b>	<b>5</b>	<b>64</b>
<b>Модуль 2</b>								
<b>Методика фізичного виховання школярів у початковій школі</b>								
<b>Змістовий модуль 1</b>								
<b>Фізичне виховання молодших школярів</b>								
<b>Тема 1.</b> Теорія і методика фізичного виховання як наукова і навчальна дисципліна. Основи української національної системи фізичного виховання.	9	2	2	5	8	1	1	6
<b>Тема 2.</b> Засоби та принципи фізичного виховання	8	2	2	4	8	1	1	8
<b>Тема 3.</b> Методи фізичного виховання. Загальна характеристика фізичних якостей.	9	2	2	5	8	1	1	6
<b>Змістовий модуль 2</b>								
<b>Методика фізичного виховання. Організаційні форми фізичного виховання. Їх структурні та методичні особливості</b>								
<b>Тема 1.</b> Загальна характеристика структурних та методичних особливостей форм занять у фізичному вихованні.	8	2	2	4	7	1		6

<b>Тема 2.</b> Урок фізичної культури як основна форма фізичного виховання.	8	2	2	4	8	1	1	6
<b>Тема 3.</b> Планування і контроль роботи з фізичного виховання школярів	9	2	2	5	6			6
<b>Змістовий модуль 3</b> <b>Організація, зміст і методика проведення занять фізичними вправами школярів у режимі навчального дня школи</b>								
<b>Тема 1.</b> Організація, зміст і методика проведення занять фізичними вправами школярів у режимі навчального дня школи.	9	2	2	5	12	1	1	10
<b>Тема 2.</b> Позакласна й позашкільна спортивно-масова робота в школі.	7	1	2	4	9	1		8
<b>Тема 3.</b> Самостійні заняття учнів фізичними вправами	7	1	1	5	6			6
<b>Разом за модулем 2</b>	<b>74</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>41</b>	<b>74</b>	<b>7</b>	<b>5</b>	<b>62</b>
<b>Підсумковий контроль - екзамен</b>								
<b>Усього годин</b>	<b>150</b>	<b>34</b>	<b>34</b>	<b>82</b>	<b>150</b>	<b>14</b>	<b>10</b>	<b>126</b>

### 5. Теми лекцій

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
	<b>Тема 1.</b> Методика навчання основ здоров'я у початковій школі як навчальна дисципліна у фаховій підготовці бакалаврів початкової освіти.	2	1
	<b>Тема 2.</b> Формування основ здорового способу життя молодших школярів.	2	1
	<b>Тема 3.</b> Зміст валеологічної освіти у початковій школі. Напрямки розвитку валеологічної освіти.	2	
	<b>Тема 4.</b> Форми та види позаурочної і позакласної роботи здоров'я формуючого спрямування: індивідуальні, групові, масові.	2	1
	<b>Тема 5.</b> Зміст перспективної та безпосередньої підготовки вчителя початкових класів до уроків «Основи здоров'я».	2	1
	<b>Тема 6.</b> Дидактико-методичні основи організації контрольної-оцінювальної діяльності вчителя з «Основи здоров'я» в 1-4 класах.	2	
	<b>Тема 7.</b> Зміст і вимоги щодо рівня загальноосвітньої підготовки молодших школярів за темами розділу «Фізична	2	1

	складова здоров'я» у 1-4 класах.		
	<b>Тема 8.</b> Зміст і вимоги щодо рівня загальноосвітньої підготовки молодших школярів за темами розділу «Соціальна складова здоров'я» у 1-4 класах.	2	1
	<b>Тема 9.</b> Змістове наповнення розділу «Психічна і духовна складові здоров'я».	2	1
	<b>Тема 10.</b> Теорія і методика фізичного виховання як наукова і навчальна дисципліна. Основи української національної системи фізичного виховання.	2	1
	<b>Тема 11.</b> Засоби та принципи фізичного виховання	2	1
	<b>Тема 12.</b> Методи фізичного виховання. Загальна характеристика фізичних якостей.	2	1
	<b>Тема 13.</b> Загальна характеристика структурних та методичних особливостей форм занять у фізичному вихованні.	2	1
	<b>Тема 14.</b> Урок фізичної культури як основна форма фізичного виховання.	2	1
	<b>Тема 15.</b> Планування і контроль роботи з фізичного виховання школярів	2	
	<b>Тема 16.</b> Організація, зміст і методика проведення занять фізичними вправами школярів у режимі навчального дня школи.	2	1
	<b>Тема 17.</b> Позакласна й позашкільна спортивно-масова робота в школі. Самостійні заняття учнів фізичними вправами	2	1
<b>Всього:</b>		<b>34</b>	<b>14</b>

#### 6. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
	<b>Тема 1.</b> Методика навчання основ здоров'я у початковій школі як навчальна дисципліна у фаховій підготовці бакалаврів початкової освіти.	2	1
	<b>Тема 2.</b> Формування основ здорового способу життя молодших школярів.	2	



<b>Тема 3.</b> Зміст валеологічної освіти у початковій школі. Напрямки розвитку валеологічної освіти.	2	
<b>Тема 4.</b> Форми та види позаурочної і позакласної роботи здоров'я формуючого спрямування: індивідуальні, групові, масові.	2	1
<b>Тема 5.</b> Зміст перспективної та безпосередньої підготовки вчителя початкових класів до уроків «Основи здоров'я».	2	1
<b>Тема 6.</b> Дидактико-методичні основи організації контрольної-оцінювальної діяльності вчителя з «Основи здоров'я» в 1-4 класах.	2	
<b>Тема 7.</b> Зміст і вимоги щодо рівня загальноосвітньої підготовки молодших школярів за темами розділу «Фізична складова здоров'я» у 1-4 класах.	2	1
<b>Тема 8.</b> Зміст і вимоги щодо рівня загальноосвітньої підготовки молодших школярів за темами розділу «Соціальна складова здоров'я» у 1-4 класах.	2	1
<b>Тема 9.</b> Змістове наповнення розділу «Психічна і духовна складова здоров'я».	1	
<b>Тема 10.</b> Теорія і методика фізичного виховання як наукова і навчальна дисципліна. Основи української національної системи фізичного виховання.	2	1
<b>Тема 11.</b> Засоби та принципи фізичного виховання	2	1
<b>Тема 12.</b> Методи фізичного виховання. Загальна характеристика фізичних якостей.	2	1
<b>Тема 13.</b> Загальна характеристика структурних та методичних особливостей форм занять у фізичному вихованні.	2	
<b>Тема 14.</b> Урок фізичної культури як основна форма фізичного виховання.	2	
<b>Тема 15.</b> Планування і контроль роботи з фізичного виховання школярів	2	1
<b>Тема 16.</b> Організація, зміст і методика проведення занять фізичними вправами школярів у режимі навчального дня школи.	2	1
<b>Тема 17.</b> Позакласна й позашкільна спортивно-масова робота в школі. Самостійні заняття учнів фізичними	3	

	вправами		
<b>Всього:</b>		<b>34</b>	<b>10</b>

### 7. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
	<b>Тема 1.</b> Методика навчання основ здоров'я у початковій школі як навчальна дисципліна у фаховій підготовці бакалаврів початкової освіти.	5	12
	<b>Тема 2.</b> Формування основ здорового способу життя молодших школярів.	4	8
	<b>Тема 3.</b> Зміст валеологічної освіти у початковій школі. Напрямки розвитку валеологічної освіти.	4	10
	<b>Тема 4.</b> Форми та види позаурочної і позакласної роботи здоров'я формуючого спрямування: індивідуальні, групові, масові.	4	6
	<b>Тема 5.</b> Зміст перспективної та безпосередньої підготовки вчителя початкових класів до уроків «Основи здоров'я».	4	8
	<b>Тема 6.</b> Дидактико-методичні основи організації контрольної-оцінювальної діяльності вчителя з «Основи здоров'я» в 1-4 класах.	5	8
	<b>Тема 7.</b> Зміст і вимоги щодо рівня загальноосвітньої підготовки молодших школярів за темами розділу «Фізична складова здоров'я» у 1-4 класах.	5	4
	<b>Тема 8.</b> Зміст і вимоги щодо рівня загальноосвітньої підготовки молодших школярів за темами розділу «Соціальна складова здоров'я» у 1-4 класах.	5	4
	<b>Тема 9.</b> Змістове наповнення розділу «Психічна і духовна складові здоров'я».	5	4
	<b>Тема 10.</b> Теорія і методика фізичного виховання як наукова і навчальна дисципліна. Основи української національної системи фізичного виховання.	5	6
	<b>Тема 11.</b> Засоби та принципи фізичного виховання	4	8
	<b>Тема 12.</b> Методи фізичного виховання. Загальна характеристика фізичних якостей.	5	6
	<b>Тема 13.</b> Загальна характеристика структурних та методичних особливостей форм занять у фізичному вихованні.	4	6



## **КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ НАВЧАЛЬНИХ ДОСЯГНЕНЬ СТУДЕНТІВ НА СЕМІНАРСЬКИХ, ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТТЯХ**

**1 бали** – студент виявляє знання і розуміння основних положень навчального матеріалу, може поверхово аналізувати події, процеси, явища і робити певні висновки; відповідь його правильна, але недостатньо осмислена; самостійно відтворює більшу частину навчального матеріалу; відповідає за планом, висловлює власну думку щодо теми, вміє застосовувати знання для виконання за зразком; користується додатковими джерелами.

**2-3 бали** – знання студента є достатньо ґрунтовними, він вільно застосовує вивчений матеріал у стандартних ситуаціях, логічно висвітлює події з точки зору смислового взаємозв'язку, уміє аналізувати, встановлювати найсуттєвіші зв'язки та залежності між явищами, фактами, робити висновки, загалом контролює власну діяльність. Відповідь повна, логічна, обґрунтована, але з деякими неточностями. Студент виявляє вміння рецензувати відповіді інших та опрацьовувати матеріал самостійно.

**4 бали** – студент володіє глибокими та міцними знаннями, здатний використовувати їх у нестандартних ситуаціях; може визначати тенденції та протиріччя процесів; робить аргументовані висновки; критично оцінює окремі нові факти, явища, ідеї; використовує додаткові джерела та матеріали; самостійно визначає окремі цілі власної учбової діяльності; вирішує творчі завдання; відрізняє упереджену інформацію від об'єктивної; здатен сприйняти іншу позицію як альтернативну.

**5 балів** – студент має системні, дієві знання, виявляє творчі здібності у навчальній діяльності, користується широким арсеналом засобів-доказів своєї думки, вирішує складні проблемні завдання, схильний до системно-наукового аналізу та прогнозу явищ; вміє ставити й розв'язувати проблеми, самостійно здобувати та використовувати інформацію, виявляє власне ставлення до неї; самостійно виконує науково-дослідну роботу; логічно і творчо викладає матеріал в усній та письмовій формі; розвиває свої обдарування та нахили.

### **Критерії оцінювання за національною шкалою**

**Оцінка А «5» («відмінно») (90–100):** студент виявляє міцні, глибокі та системні знання навчально-програмованого матеріалу; відповідь студента повна, правильна, логічна, містить аналіз, систематизацію, узагальнення навчального матеріалу; демонструє вміння самостійно знаходити та користуватися джерелами інформації, критично оцінювати окремі нові факти, явища, ідеї, встановлювати причинно-наслідкові та міжпредметні зв'язки, робити аргументовані висновки; користується широким арсеналом засобів доказів власної думки, вирішує складні проблемні завдання; виявляє варіативність мислення і раціональність у виборі способів розв'язання практичних завдань; творчо застосовує

професійні вміння і навички; вміє пов'язати теорію з практикою; володіє культурою викладу інформації, мова студента грамотна.

**Оцінка В «4» («добре») (82–89):** студент виявляє міцні, повні, ґрунтовні знання навчально-програмованого матеріалу; демонструє розуміння основоположних теорій і фактів, вміння аналізувати, порівнювати та систематизувати інформацію, встановлювати зв'язок з обраною професією та робити висновки; використовує загальновідомі докази у власній аргументації; вільно застосовує матеріал у стандартних ситуаціях; відповідь студента в цілому правильна, логічна та достатньо обґрунтована, однак при відповіді та виконанні практичних завдань допускає несуттєві помилки; рівень мовленнєвої культури відповідає загальноприйнятим нормам.

**Оцінка С «4» («добре») (75–81):** студент виявляє знання і розуміння основних положень навчального матеріалу, проте його знання недостатньо глибокі та осмислені; відповідь на рівні загальних уявлень про предмет; демонструє деяке порушення логічності й послідовності викладу матеріалу; виявляє вміння частково аналізувати навчальний матеріал, порівнювати та робити певні, але неконкретні й неточні висновки; не вміє пов'язати теоретичні положення з практикою; має фрагментарні навички в роботі з джерелами інформації; виявляє невисоку культуру викладу знань.

**Оцінка D «3» («задовільно») (67–74):** студент фрагментарно відтворює незначну частину навчального матеріалу; має нечіткі уявлення про об'єкт вивчення; виявляє елементарні знання фактичного матеріалу; викладає матеріал уривчастими реченнями, при відповіді допускає суттєві помилки, які не здатен виправити після коректування запитань; недостатньо володіє розумовими операціями; відсутні уміння і навички у роботі з джерелами інформації; не вміє логічно мислити та викласти свою думку.

**Оцінка E «3» («задовільно») (60–66):** має мінімально достатні знання з дисципліни, зі значними помилками; у загальному недостатньо орієнтується у теоретичних ключових поняттях змістового модуля, теми; не досить впевнено, з суттєвими помилками застосовує знання ув практичних ситуаціях.

**Оцінка FX «2» (35-59) (з можливістю повторного складання):** студент не має мінімально достатніх знань з дисципліни; погано або зовсім не орієнтується у теоретичних ключових поняттях змістового модуля, теми; не виявляє навичок застосовування знань у практичних ситуаціях; демонструє; не виявляє творчі уміння застосування знань, навичок у навчально-дослідній та практичній діяльності.

**Оцінка F «2» («незадовільно») (0–34) (з обов'язковим повторним курсом):** не має мінімально достатніх знань з дисципліни; погано або зовсім не орієнтується у теоретичних ключових поняттях змістового модуля, теми; не виявляє навичок застосовування знань у практичних ситуаціях.

## 11. Методичне забезпечення

1. Комплекс навчально-методичного забезпечення викладання дисципліни

(тексти лекцій, семінарських занять, питання тестового контролю.

2. Підручники та посібники з «Основи здоров'я» та «Теорії і методики фізичного виховання».

3. Тематичні інтернет ресурси.

## **11. Рекомендована література**

### **Базова література**

1. Основи здоров'я: Підручник для 1- го кл. загальноосв. навч. закл. / І. Д.Бех, Т. В. Воронцова, В. С. Пономаренко, С. В. Страшко. — К. : Видавництво «Алатон», 2012. — 136 с.

2. Основи здоров'я: Підручник для 2- го кл. загальноосв. навч. закл. / І. Д.Бех, Т. В. Воронцова, В. С. Пономаренко, С. В. Страшко. — К. : Видавництво «Алатон», 2012. — 136 с.

3. Основи здоров'я: Підручник для 3- го кл. загальноосв. навч. закл. / І. Д. Бех, Т. В. Воронцова, В. С. Пономаренко, С. В. Страшко. — К. : Видавництво «Алатон», 2014. — 160 с.

4. Основи здоров'я: Підручник для 4- го кл. загальноосв. навч. закл. / І. Д.Бех, Т. В. Воронцова, В. С. Пономаренко, С. В. Страшко. — К. : Видавництво «Алатон», 2015. — 144 с.

5. Основи здоров'я : підруч. для загальноосв. навч. закл. : 1- й кл. / О.В.Гнатюк. – К. : Генеза, 2012. — 112 с.

6. Основи здоров'я : підруч. для загальноосв. навч. закл. : 2- й кл. / О.В. Гнатюк. – К. : Генеза, 2012. — 112 с.

7. Основи здоров'я : підруч. для 3-го кл. загальноосв. навч. закл. / О.В. Гнатюк. – К. : Генеза, 2014. — 114 с. : іл.

8. Основи здоров'я : підруч. для 4-го кл. загальноосв. навч. закл. / О.В. Гнатюк. – Київ : Генеза, 2015. — 160 с. : іл.

9. Ареф'єв В.Г., Єдинак Г.А. Фізична культура в школі: навчальний посібник.- Кам'янець-Подільський : Абетка-Нова, 2002. – 384с.

10. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання. Київ : Олімпійська література, 2012. Том 1. 392 с.

11. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання. Київ : Олімпійська література, 2012. Том 2. 368 с.

12. Папуша В. Г. Фізичне виховання школярів: форми, зміст, організація. Тернопіль : Збруч. 2000. 248 с.
13. Папуша В.Г. Теорія і методика фізичного виховання у схемах і таблицях. Тернопіль. Підручники і посібники. 2011. 128 с.
14. Папуша В.Г. Фізичне виховання школярів: форми, зміст, організація. Тернопіль. Підручники і посібники. 2010. 192 с.
15. Сергієнко Л.В. Тестування рухових здібностей школярів. Київ. Олімпійська література. 2001. 427 с.
16. Шиян Б. М., Папуша В. Г. Теорія фізичного виховання. Тернопіль : Збруч, 2000. 183 с.
17. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, Частина I, 2001. 272 с.
18. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан. Частина II. 2002. 248с.

#### **Допоміжна**

19. Блудова Л. Як виховати здорову дитину. - К.: Вид. Дім «Шкіл-світ»: Вид..Л. Галіцина, 2006, - 120 с, [4] арк. - (Б-ка «Шкіл, світу»). - Бібліогр.: с. 119.
20. Володарська М.О. Усі уроки з курсу «Основи здоров'я». – 1-4 класи. – Х. : Вид. група «Основа», 490, [6] с. : іл. – (Серія «Усі уроки в початковій школі»).
21. Гнатюк О.В. Зошит з основ здоров'я : [навч. посіб. для загальноосв. навч. закл.] : 3-й кл. / О.В. Гнатюк. – К. : Генеза, 2014. – 56 с.
22. Гнатюк О.В. Зошит з основ здоров'я : [навч. посіб. для загальноосв. навч. закл.] : 4-й кл. / О.В. Гнатюк. – К. : Генеза, 2015. – 64 с.
23. Гнатюк О.В. Зошит з основ здоров'я : навч. посіб. для 1 кл. загальноосв. навч. закл. – 2-ге вид. \_ К. : Генеза, 2012. – 48 с.
24. Гнатюк О.В. Зошит з основ здоров'я : навч. посіб. для 2 кл. загальноосв. навч. закл. – 2-ге вид. \_ К. : Генеза, 2012. – 48 с.
25. Круцевич Т. Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді. Навчальний посібник. Т. Ю. Круцевич, М. І. Воробйов, Г. В. Безверхня. Київ Олімпійська література. 2011. 224 с.
26. Огнистий А. В. Методика навчання стройовим вправам : навчальний посібник. Тернопіль : ТНПУ, 2004. 72 с.
27. Папуша В. Г. Книжка молодого вчителя фізичної культури : навчальний посібник. Тернопіль : Підручники і посібники, 2014. 368с.

28. Я - моє здоров'я - моє життя ("Якалка"): Навч.-метод. Посіб./ Голоцван О.А., Лещук Н.О., Мирошниченко Г.І. та ін. - К.: Навч. книга, 2004 - 256 с.

### Інформаційні ресурси

1. <http://mon.gov.ua/> - сайт Міністерства освіти і науки України.
2. <http://osvita.ua> - освіта в Україні та за кордоном (новини освіти, конкурси, олімпіади, корисні посилання, початкова освіта, середня освіта, вища освіта).
3. <http://mon.gov.ua/activity/education/zagalna-serednya/derj-stand.html> - Державний стандарт початкової освіти.
4. <http://mon.gov.ua/activity/education/zagalna-serednya/pochatkova-shkola.html> - навчальні програми для початкової школи
5. Закон України «Про фізичну культуру і спорт» [Електронний ресурс] // Режим доступу до дж.: <http://zakon1.rada.gov.ua/cgi-bin/laws/main.cgi?nreg=3808-12>.  
Наказом Міністерства охорони здоров'я України та Міністерства освіти і науки України (від 20.07.2009 N 518/674) – Режим доступу: <http://zakon1.rada.gov.ua/laws/show/z0772-09>.
6. Положення про організацію фізичного виховання і масового спорту в дошкільних, загальноосвітніх та професійно-технічних навчальних закладах України (від 02.08.2005 N 458) [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/z0909-05>.
7. Про забезпечення медико-педагогічного контролю за фізичним вихованням учнів у загальноосвітніх навчальних закладах, затверджено
8. Про Систему організації фізкультурно-оздоровчої та спортивної роботи дошкільних, загальноосвітніх, професійно-технічних та позашкільних навчальних закладів (від 21.07.2003 N 486) [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://uazakon.com/document/fpart90/idx90061.htm>.