

КЛАСИЧНИЙ ПРИВАТНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ЗАТВЕРДЖУЮ
Ректор Класичного приватного університету,
голова приймальної комісії
Віктор ОГАРЕНКО
«28» 19278504 квітня 2023 р.

ПРОГРАМА

фахового іспиту

014 – Середня освіта

(шифр)

(назва спеціальності)

Освітня програма

Фізичне виховання

ступінь – магістр

Запоріжжя, 2023

Затверджено на засіданні кафедри теоретичних основ фізичного та
адаптивного виховання,

протокол № 6 від 24 лютого 2021 р.

Затверджено на засіданні Вченої ради
Інституту здоров'я, спорту і туризму імені Тетяни Самоленко,
протокол № 9 від «10» березня 2023 р.

Укладачі: Євстігнеєва І.В.
Кружило Г.Г.
Крюков Ю.М.

Голова комісії: Циганок Владислав Іванович - к.н.фіз.вих. та спорту,
професор кафедри теоретичних основ фізичного та адаптивного виховання

Члени комісії:

Гулбані Раїса Шимхонівна - к.пед.н, доцент, доцент кафедри
фізичної реабілітації та здоров'я людини;

Кружило Галина Григорівна - к.пед.н, доцент кафедри теоретичних
основ фізичного та адаптивного виховання.

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

I. ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

II. СТРУКТУРА ПРОГРАМИ

III. КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

IV. СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНИХ ДЖЕРЕЛ

I. ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Мета фахового випробування для вступу на здобуття ступеня магістра зі спеціальності 014 Середня освіта, освітня програма «Фізичне виховання» є визначення теоретичних знань, умінь та практичних навичок вступників згідно з вимогами до змісту дисциплін професійної та практичної підготовки бакалавра напряму Фізичне виховання.

Фахове випробування проводиться у формі усного іспиту. Фахове випробування проводиться за екзаменаційним білетом, який містить два теоретичних питання. Відповіді вступники фіксують письмово на *аркуші усної відповіді (співбесіди) на вступному випробуванні* зі штампом Приймальної комісії. Тривалість підготовки вступника 45 хвилин.

Вимоги до підготовки вступника:

- знати:

- методи теоретичного та емпіричного дослідження та їх визначення;
- структуру кваліфікаційної роботи згідно вимог;
- основні вимоги до формулювання наукового апарату дослідження;
- предмет та методи теорії і методики фізичного виховання;
- особливості виховання фізичних якостей у осіб різного віку та в різних видах спорту;
- методи навчання та виховання, які використовуються у фізичному вихованні різних груп населення;
- структура процесу навчання фізичним вправам;
- урочні форми та позаурочні форми фізичного виховання;
- особливості фізичного виховання дошкільників, школярів, студентів, дорослого населення;
- особливості та етапи спортивного відбору;
- методи, форми спортивного тренування.

- вміти:

- аналізувати фізичне виховання осіб різного віку;
- самостійно вибирати фізичні вправи для фізичного самовдосконалення осіб різного віку.
- використовувати знання та досвіду в практичній діяльності;
- аналізувати фізичне виховання осіб різного віку;
- самостійно вибирати фізичні вправи для фізичного самовдосконалення осіб різного віку.

Теорія та методика фізичного виховання

1. Теорія та методика фізичної культури як наукова і навчальна дисципліна

Предмети вивчення і викладання: поняття предмету теорії фізичної культури і предмету методики фізичної культури, їх взаємозв'язок, джерела, зв'язок з іншими науковими дисциплінами. Структура навчального предмету – основного профільюючого предмету професійної підготовки.

Основні поняття теорії: фізична культура, фізичний розвиток, фізичне виховання, фізична освіта, фізична підготовка, спорт.

Фізична культура як частина культури суспільства, її особливості. Функції фізичної культури, її види та показники розвитку.

Фізичний розвиток. Фази фізичного розвитку, його підпорядкованість. Природні задатки як передумова фізичного розвитку.

Фізичне виховання як цілісний педагогічний процес. “Фізична освіта” і “Фізична підготовка” як сторони єдиного процесу. Вплив фізичних вправ на духовну сферу учнів, їх емоції, волю, моральні прояви.

Спорт як засіб фізичного виховання, його соціальні функції. Співвідношення понять “Фізична культура” і “Спорт”.

2. Система фізичного виховання

Історичний характер фізичного виховання: причини його виникнення і розвитку. Традиції української національної фізичної культури.

Мета і завдання фізичного виховання на сучасному етапі економічного і соціального розвитку Української держави. Загальнолюдські гуманістичні ідеали та демократичність як **ідейна основа** фізичного виховання населення України.

Наукові основи фізичного виховання: значення особливостей прояву соціальної і біологічної суті людини в руховій діяльності, дані спеціалізованих галузевих наук про людину. Місце теорії і методики фізичного виховання серед інших наук, що вивчають процес занять фізичними вправами.

Програмово-нормативні основи: державні програми фізичного виховання, багатоборні комплекси, тести, спортивна класифікація.

Організаційні основи в науковій концепції про організацію фізичного виховання і управління ним: поняття про організацію, структуру і функцію, поняття про управління і системний підхід до нього, суб'єкт і об'єкт управління, принципи і методи управління, управлінський цикл.

Організація фізичного виховання на Україні. Державні і самодіяльні органи управління.

Роль Рад народних депутатів, громад у справі фізичного виховання дітей та підлітків.

Умови функціонування системи фізичного виховання: фінансування, матеріально-технічна база, кадрове забезпечення, просвітницька діяльність.

3. Засоби фізичного виховання

Фізичні вправи як основний засіб фізичного виховання, їх виникнення і розвиток. Фактори, що визначають вплив фізичних вправ на організм: індивідуальні особливості і рівень активності учнів; умови виконання вправ (метеорологічні, матеріальні, санітарно-гігієнічні); особливості самих вправ (їх складність, емоційність, новизна); методика викладання.

Техніка фізичних вправ: поняття “техніка”, її основа, основна ланка та деталі. Стандартна, типова і індивідуальна техніка. Фази виконання фізичних вправ.

Просторові, часові, просторово-часові, ритмічні та динамічні характеристики рухів.

Деякі особливості раціональної спортивної техніки.

Педагогічна класифікація фізичних вправ: значення для теорії і практики: характеристика існуючих класифікацій. Народні і нетрадиційні засоби фізичного виховання.

Природні сили: сонце, повітря, вода, атмосферний тиск, іонізація повітря як засіб фізичного виховання.

Гігієнічні фактори: особиста і соціальна гігієна: режим праці і відпочинку, харчування і сну; засоби відновлення організму.

4. Особливості прояву методичних принципів навчання і шляхи їх реалізації в процесі фізичного виховання

Визначення поняття “принцип”, їх обґрунтування, тлумачення, значення для навчально-виховного процесу з фізичного виховання.

Принцип свідомості і активності. Закономірність, що лежить в його основі. Вимоги до організації проведення занять, що обумовлені даним принципом. Поняття про керівну роль вчителя у світлі вимог принципу свідомості і активності, основні напрямки його реалізації в роботі з учнями.

Принцип наочності. Закономірність, що лежить в його основі. П.Ф.Лесгафт про роль наочності в навчанні дітей. Мобілізація всіх органів відчуття в процесі навчання. Взаємозв'язок прямої і непрямой наочності. Роль образного слова і мобілізації рухового досвіду в процесі створення уяви про вправу. Особливості реалізації наочності в зв'язку з віком учнів, рівнем їх підготовленості.

Принцип доступності і індивідуалізації у фізичному вихованні. Визначення оптимальної міри доступності в навчанні і вихованні якостей. Рівень реалізації принципу в існуючих програмах і нормативах. Розширення меж доступності в процесі навчання, тренування, виховання. Необхідність дотримуватись основних методичних умов доступності: від засвоєного до незасвоєного, від легкого до важкого, від простого до складного. Облік індивідуальних особливостей учнів як умова повної реалізації їх можливостей в зростаннях навантаження, в ускладненні і розширенні об'єму рухових і тактичних дій, в підвищенні вимог до моральних і вольових якостей. Адаптація до навантаження, форми підвищення навантажень, особливості проведення занять у зв'язку з обліком індивідуальних особливостей учнів.

Принцип систематичності. Основні положення, що визначають систематичність фізичного виховання: регулярність, безперервність, повторність занять; раціональне чергування навантаження і відпочинку; забезпечення наступності в засвоєнні програмового матеріалу; раціональна послідовність розвитку фізичних якостей при комплексному їх вихованні.

Принцип міцності і прогресування. Необхідність постійного підвищення вимог до оволодіння технікою і тактикою дій; розширення знань, рухового досвіду і фізичних можливостей учнів; варіантів дій. Уміння оптимально застосовувати зусилля при виконанні фізичних вправ, психологічно забезпечити необхідний результат діяльності. Вимоги до учнів, що застосовують вправи швидше ровесників. Самостійні заняття як ознака міцності засвоєння знань, умінь і навичок.

Комплексний характер реалізації принципів в навчальному процесі з фізичного виховання.

5. Методи фізичного виховання

Визначення понять “метод”, ”методичний прийом”, “методика”.

Загальні вимоги до вибору методів: наукова обґрунтованість, відповідність поставленій задачі, забезпечення виховного характеру навчання, відповідність принципам навчання, відповідність специфіці навчального матеріалу, підготовленості учнів, індивідуальним особливостям і можливостям вчителя, умовам занять. Обґрунтування необхідності великої різноманітності методів для забезпечення високої результативності процесу фізичного виховання.

Класифікація методів. Класифікація методів за способом відображення характеру пізнавальної активності (продуктивні репродуктивні) та способом одержання учнями знань і умінь (слухання, спостереження, виконання вправ).

Характеристика практичних методів (методів вправління).

Методи повного регламентованого вправління та їх особливості (наявність програми рухів, регламентування навантажень, управління діями учнів).

Методи регламентації в процесі засвоєння нових рухових дій (розучування вправ в цілому, підвідних вправ та по частинах), їх позитивні і негативні сторони.

Методи регламентації в процесі удосконалення вивчених дій та виховання якостей (стандартного і перемінного вправління, їх різновидності). Комбіновані методи вправління.

Методи часткового регламентування вправління.

Ігровий метод. Сюжетна організація діяльності – основа ігрового методу. Визначальні риси ігрового методу: високий емоційний фон, можливості для творчості та прояву моральних якостей, удосконалення рухових дій, виховання спритності і швидкісних якостей.

Змагальний метод. Визначальні риси змагального методу, місце в процесі навчання і виховання фізичних якостей. Можливості і обмеження змагального методу. Особливості використання змагального методу в роботі з дітьми шкільного віку. Значення змагального методу для виховання моральних і вольових якостей.

Методи слова. Роль слова в процесі навчання рухових дій. П.Ф.Лесгафт про метод слова. Сміслова і емоційна функція слова. Застосування словесного

методу в залежності від віку, досвіду учнів і конкретних умов занять. Розповідь, пояснення, бесіда, обговорення, інструктування, вказівки. Звукова та світлова сигналізація як прийоми демонстрації, розпорядження, команди, завдання – найбільш розповсюджені прийоми. Словесні способи активізації діяльності учнів: словесна оцінка, взаємооцінка, словесний звіт, самопроговорення, самоприказ.

Метод демонстрації. Роль методу і особливості його застосування в залежності від віку і індивідуальних особливостей учнів, їх активності. Вимоги до показу фізичних вправ. Прийоми демонстрації наочних посібників. Звукова та світлова сигналізація як прийоми демонстрацій. Використання технічних засобів навчання, прийомів безпосередньої допомоги, термінової інформації, орієнтирів, лідирування.

6. Фізичні якості

Визначення поняття. “Розвиток” і “Виховання” фізичних (рухових) якостей – зміст термінів.

Якості і здібності. Взаємообумовленість і гетерохронність розвитку якостей. Єдність навчання і виховання якостей. Вікові періоди розвитку і виховання якостей.

Сила. Визначення поняття; режим напруження м'язів; різновиди прояву фізичної сили; задачі і засоби силової підготовки; методи виховання сили (максимальних і повторних зусиль, ізометричних напружень, динамічний); оцінка розвитку сили у дітей. Використання методу колового тренування. Місце силових вправ на уроках фізичної культури та в системі самостійної роботи.

Швидкість. Визначення поняття, її елементарні прояви; швидкість реакції (простої, складної) та методика їх виховання; засоби та методика виховання швидкості руху; швидкісний бар'єр, шляхи його попередження та подолання; місце швидкісних вправ на уроках фізичної культури. Періоди бурхливого розвитку швидкості, тести визначення. Роль ігрового і змагального методів при вирішенні задач швидкісної підготовки.

Витривалість. Визначення поняття; втома і витривалість; компоненти навантаження як основа методів виховання витривалості; особливість виховання витривалості в спортивних іграх, поєдинках і вправах силового характеру. Роль емоцій і вольової підготовки при вихованні витривалості. Необхідність поєднання лікарського і педагогічного контролю в процесі виховання витривалості у дітей шкільного віку. Навчання учнів прийомам самоконтролю. Проведення занять на відкритому повітрі, в лісі, парку як позитивні фактори підвищення працездатності.

Спритність. Визначення поняття; вікові зміни виховання спритності; методичні прийоми виховання спритності (зміна вихідного і кінцевого положення, дзеркальне виконання, зміна способу, просторових меж, швидкості і темпу виконання, ускладнення умов, додаткові завдання). Роль вміння розслаблятися і утримувати рівновагу для виховання спритності на уроках фізичної культури.

Гнучкість. Визначення поняття; фактори, що визначають її прояв. Активна і пасивна гнучкість. Оптимальний і надзвичайний рівні розвитку гнучкості. Засоби виховання гнучкості. Методика виховання гнучкості (регулярність, серії вправ, критерій достатності, різноманітність засобів). Поєднання вправ на

гнучкість і силу. Місце вправ на гнучкість на уроці та в самостійних заняттях. Вимір гнучкості в лінійних і кутових величинах.

7. Навчання фізичних вправ

Формування умінь і навичок як основний зміст освітніх задач фізичного виховання.

Знання як основа формування умінь. Використання рухового досвіду учнів в процесі навчання рухових дій.

Характеристика умінь і навичок як різних рівнів володіння фізичною вправою. Характерні риси умінь і навичок. Роль свідомості на рівні умінь і навичок. Характеристика умінь вищого порядку.

Явище переносу в процесі послідовного або одночасного розучування фізичних вправ. Позитивний, негативний і симетричний перенос.

Залежність процесу навчання від співвідношення техніки і фізичних якостей при їх виконанні та складності структури рухових дій.

8. Структура процесу навчання

Перший етап навчання – початкового розучування: мета, задачі, особливості; формування уяви про рухову дію; найхарактерніші методи навчання; характер виконання навчальних завдань учнем; можливі помилки та їх причини; особливості реалізації методичних принципів.

Другий етап навчання – поглибленого розучування: мета, задачі та особливості; найхарактерніші методи; нерівномірність формування навички; особливість реалізації методичних принципів.

Третій етап – закріплення і удосконалення рухової дії: мета, задачі, особливості; найхарактерніші методи; дидактична цінність етапу.

9. Стан та проблеми фізичного виховання учнів в українській національній школі

Фізична культура – вирішальна умова фізичного і морального здоров'я дітей. Соціально-педагогічне значення цілеспрямованості і задач фізичного виховання в шкільному віці. Стан фізичної культури і проблеми програмово-нормативної основи фізичного виховання в сучасній школі. Реалізація традицій народної культури в формуванні здорового способу життя школярів. Утвердження ідеалів і цінностей олімпізму, скаутського руху в фізичному вихованні учнів загальноосвітньої школи. Проблема матеріальної бази фізичної культури в сучасній школі. Зростання вимог до особистостей і професійної підготовленості вчителя.

Перегляд методики оцінювання учнів. Індивідуалізація та спортивізація фізичного виховання школярів.

10. Урок фізичної культури в школі

Місце уроку фізичної культури серед інших форм фізичного виховання. Характерні риси уроку як основної форми занять.

Загальні вимоги до уроку (виховний вплив, система уроків, організація самостійної навчальної діяльності учнів, боротьба з шаблоном оптимальна рухова діяльність, система контролю, умови проведення уроку).

Зміст уроку (фізичні вправи, гігієнічні навички, діяльність учнів, діяльність вчителя, результат уроку).

Побудова уроку (визначення його частини і задач, підбір фізичних вправ, визначення взаємодії вчителя і учнів).

Визначення задач уроку: освітніх, оздоровчих, виховних.

Характеристика освітніх задач уроку, їх постановка та формулювання. Планування освітніх задач в одному або серії уроків.

Характеристика оздоровчих задач уроку, їх постановка та формулювання. Планування оздоровчих задач в одному або серії уроків.

Характеристика виховних задач уроку, їх постановка та формулювання. Планування виховних задач в одному або серії уроків. Виховне значення змісту традиційних форм організації уроку. Роль особистого прикладу вчителя.

Донесення задач уроку до свідомості учнів.

Методичні прийоми управління і підтримки їх робочого настрою.

Організація учбової діяльності учнів на уроці.

Фронтальний метод, прийоми його застосування (одночасний, поточний, поперемінний, індивідуальний).

Груповий метод, прийоми його застосування (одночасний, почерговий, поперемінний, індивідуальний).

Метод організації індивідуальної роботи, прийоми його застосування (одночасний за завданням вчителя, одночасний за вибором учня, індивідуально за завданням вчителя).

Метод колового тренування, прийоми його застосування (варіювання інтенсивності виконання окремих вправ і тривалості відпочинку між станціями, зміни умов виконання вправ і тривалості відпочинку між станціями, зміни умов виконання, чергування направленості вправ та інші.)

Підготовка вчителя до уроку: суть етапу попередньої підготовки; основні види робіт та їх суть при безпосередній підготовці до уроку (конкретизація задач, уточнення засобів, організаційно методичне забезпечення, рухова підготовка теоретична і мовна підготовка, матеріальне забезпечення, зовнішній вигляд і психологічний стан вчителя).

Проведення уроку. Вступна частина уроку: її задачі, мотивація занять, організація уваги і емоційно-психологічного стану учнів; засоби і методи вступної частини; розміщення прийомів управління учнями.

Основна частина уроку: задачі, обстановка для розвитку творчості учнів; рівень навантаження; освітня спрямованість; виховання фізичних якостей; визначення готовності учнів до засвоєння нового матеріалу; емоційний стан учнів; розстановка і прибирання приладів; проведення уроків в природних умовах; спостереження вчителя за діяльністю учнів та їх оцінка.

Заклучна частина уроку: задачі, відновлення організму учнів, саморегуляція, підведення підсумків уроків, єдність частин уроків, єдність частин уроку.

Сюжетні уроки: їх значення та особливості організації. Досвід вчителів-новаторів.

Дозування навантаження на уроках: роль навантаження в досягненні кінцевого результату: об'єм та інтенсивність, зовнішній і внутрішній прояви навантаження; величини навантаження і втома, її ознаки, прийоми регулювання навантаження і його тенденція; щільність уроку, педагогічно оправдані і недоцільні дії на уроці, хронометрування уроку і його пульсометрія.

Оцінка діяльності учнів на уроках: її форми, критерії; вимоги до учнів; головний принцип оцінювання, врахування індивідуальних особливостей учнів при їх оцінюванні; оцінка якостей, техніки, знань, екзамену і заліки з фізичної культури; причини неуспішності учнів та помилки, що допускають вчителі при оцінюванні.

Навчання учнів самостійно займатись фізичними вправами; виховання інтересу до занять; озброєння школярів знаннями і формування на їх основі переконань; формування умінь і навичок самостійних занять.

Різновиди шкільних уроків: класифікація уроків за характером змісту (предметні, комплексні), класифікація залежно від вирішуваних задач (навчальні, тренувальні, контрольні, змішані).

Особливості змісту і методики проведення уроків з дітьми різного віку та стану здоров'я: три рівні фізичного виховання у відповідності до ступенів середньої школи; задачі, засоби та особливості методики на кожному рівні. Особливості методики роботи з учнями, віднесеними за станом здоров'я до спеціальних медичних груп: медичний огляд учнів, зміст занять, облік успішності.

Особливості методики організації та змісту занять в дитячих садках, СПТУ і технікумах. Залежність процесу фізичного виховання даної категорії молоді від профілю спеціальності.

11. Основи планування і контролю навчальної роботи з фізичної культури в школі

Функції педагогічного планування і контролю навчальної роботи та його технологія. Робота попередня перед плануванням уроків. Графік вивчення програмового матеріалу на протязі учбового року: його функції, методика складання. Тематичне планування програмового матеріалу: його функції, зміст і методика складання. План-конспект уроку: призначення, зміст, організаційне, методичне і матеріальне забезпечення уроку. Творчі можливості вчителя в складанні планів.

Контроль навчального процесу як обов'язкова умова його ефективності.

Педагогічний контроль: вивчення вихідного рівня можливостей і готовності учнів до реалізації поставлених задач; контроль факторів, що впливають на учнів в процесі фізичного виховання; педагогічний самоконтроль. Домашні завдання з фізичної культури (функції, вимоги до змісту, методика ознайомлення і перевірки).

Фізкультурний самоконтроль: щоденник самоконтролю.

Особливості оперативного-біжучого, циклового і етапного контролю.

12. Позаурочні форми занять фізичними вправами

Функція позаурочних форм занять, їх задачі, характерні риси. Характеристика форм фізичного виховання в розпорядку навчального дня:

гімнастика до занять (труднощі в організації як наслідок різності поглядів на її доцільність, задачі, організацію, методику); години здоров'я (постановка проблеми, організація, методика, засоби); спортивна година в групах подовженого дня (задачі, організація, особливості методики, зміст).

Позакласна робота з фізичної культури: постановка проблеми; форми організації і зміст позакласних занять; колектив фізичної культури школи – організаційна основа позакласної роботи; групи загальної фізичної підготовки, спортивної секції (програми і організація); спортивні змагання школярів (зміст, організація і методика проведення); дні здоров'я і спорту; фізкультурно-художні свята школярів; художньо-спортивні вечори в школі.

Підготовка і організація роботи фізкультурного активу із числа учнів (юні судді по спорту, юні інструктори по спорту, фізорги класів, капітани команд та інші).

Планування і облік позакласної роботи: план роботи колективу фізичної культури на навчальний рік, календар спортивно-масових заходів на півріччя, розклад занять спортивних секцій і гуртків, робочі плани спортивної секції та інші.

Участь у фізичному вихованні в позаурочний час учнів з послабленим здоров'ям.

13. Фізичне виховання учнів поза школою

Фізичне виховання за місцем проживання: постановка проблеми; клуби при ЖЕК; планування роботи, організація, участь шкіл в роботі за місцем проживання.

Організація фізичного виховання в літніх таборах відпочинку дітей: підготовка матеріальної бази, планування зміст роботи по фізичному вихованню.

Роль сім'ї у фізичному вихованні дітей: відношення сім'ї до фізичного виховання; форми роботи вчителя з батьками; функції батьків.

Індивідуальні самостійні заняття: вибір предмету, самостійних занять; комплексність засобів; ранкова гімнастика тощо.

Роль рухів і громадських організацій у фізичному вихованні школярів: змагання “Старти надій”; клуби “Нептун”, “Шкіряний м'яч”, “Срібні ковзани”, “Біла тура”, “Диво-шашки”, відродження “Пласту”, “Парубоцькі громади”; фізичне виховання у січових школах; спортивно-просвітницькі товариства “Січ”, “Сокіл”, “Луг”, “Орлик” та ін.; роль “Союзу українок” у фізичному вихованні дітей. Церковні свята і обряди та фізичне виховання учнів.

14. Спорт і спортивні змагання у фізичному вихованні школярів

Спортивна підготовка як педагогічний процес. Поняття про спортивну форму. Задачі, засоби, форми і методи спортивного тренування.

Закономірності спортивного тренування: спрямованість до найвищих досягнень; єдність загальної і спеціальної підготовки; безперервність

тренувального процесу; поступовість росту тренувальних навантажень і хвилеподібність їх динаміки; циклічність тренувального процесу.

Основні сторони підготовки спортсмена: фізична, технічна, тактична, технологічна, інтелектуальна. Їх взаємозв'язок.

Особливості етапів багаторічної підготовки спортсменів: початкової базової підготовки, попередньої базової підготовки; етап спеціалізованої базової підготовки; етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей; етап збереження досягнень.

Проблема спортивної обдарованості. Прогнозування і відбір в юнацькому спорті. Критерії відбору в спортивній школі.

Спортивна орієнтація та відбір. Значення в загальній системі спортивної підготовки, орієнтації та відбору. Компоненти спортивного відбору. Спортивна орієнтація: визначення поняття, заходи, які включають в спортивну орієнтацію. Спортивний відбір: визначення поняття, етапи відбору. Критерії орієнтації і первинного відбору: урахування мотиву вибору виду спорту, морфологічних і психологічних особливостей особистості урахування фактору спадковості. Критерії другорядного відбору: високий рівень початкових досягнень, темпи росту досягнень, стабільність спортивних досягнень.

Спортивне тренування. Поняття і терміни: спортивне тренування, тренуваність, спортивна форма. Засоби спортивного тренування: змагання, спеціально-підготовчі і загально-підготовчі вправи. Принципи спортивного тренування. Методи спортивного тренування. Зміст спортивного тренування. Деякі особливості тренування дітей: вимоги до тренування юних спортсменів, планування тренувального процесу, контроль за ходом тренувального процесу і його оцінка.

15. Педагогічні дослідження у фізичному вихованні

Підготовка до дослідження: вибір теми; тематичний підбір літератури; визначення задач дослідження; розробка гіпотези і плану дослідження; підбір контингенту досліджуваних (типологічний і механічний підбори, визначення необхідної кількості досліджуваних або досліджень); вибір методів дослідження (класифікація специфічних педагогічних методів дослідження, загальні вимоги до методів дослідження).

Педагогічний експеримент: характерна риса і типова схема експерименту; класифікація видів та їх характеристика (перетворюючий, природній, модельний, лабораторний, абсолютний і порівняльний експеримент).

Педагогічне спостереження: характерні риси; доцільні випадки застосування; класифікація видів спостереження та їх характеристики; підготовка до спостереження; способи спостереження.

Хронометрування: визначення поняття; сфери застосування; технічне забезпечення; методика хронометрування (урок).

Контрольні випробування: призначення; основні поняття; види контрольних вправ; достовірність тестування; стандартизація тестів: методика оцінки рівня розвитку рухових якостей; методика оцінки рівня розвитку фізичного виховання. Значення методів математичного аналізу для вивчення педагогічних явищ.

16. Вчитель фізичної культури – організатор фізичного виховання школярів

Фізичне виховання школярів як система всезагального обов'язкового навчання основам здорового способу життя. Особистий приклад вчителя фізичної культури в фізичному і духовному самовдосконаленні.

Функціональні обов'язки вчителя в учбовій і позакласній роботі з фізичної культури. Форми атестації, його професійної майстерності.

Юридична і економічна освіченість вчителя.

Формування шкільних авторських програм і систем фізичного виховання. Форми співробітництва вчителя з адміністрацією і педколективом школи в фізичному вихованні учнів. Робота на конкретній системі.

Робота по створенню матеріальної бази та запобіганню травматизму: нестандартне обладнання і вимоги до нього; “стежки здоров'я”; обладнання залів і майданчиків; тренажерні зали; залучення учнів до створення бази; заходи безпеки на заняттях.

Роль вчителя і педагогічного колективу школи у стимулюванні ініціативи і творчості учнів для вирішення задач фізичного виховання. Консультативна робота вчителя з учнями, їх батьками, з фізкультурним активом школи. Обладнання методичного кабінету фізичного виховання.

Деякі особливості роботи вчителя сільської школи: вчитель як носій здорового способу життя; професійна підготовка до роботи в малокомплектній школі; організація позакласної роботи; запровадження традицій.

Самоосвіта як обов'язкова умова творчості вчителя: постановка проблеми; процес творчого пошуку; вивчення і впровадження досвіду.

Фізичне виховання студентів вузів. Значення і задачі фізичного виховання студентів. Навчальна робота: навчальний план, навчальна програма, лікарський контроль, оцінка успішності, навчальні відділення. Форми занять фізичними вправами студентів. Фізичне виховання в позаурочний час: значення, форми. Особливості фізичного виховання студентів педагогічних інститутів. Особливості фізичного виховання студентів факультету фізичного виховання. Поняття про професіограму вчителя фізичної культури.

Фізичне виховання дорослого населення. Значення фізичного виховання дорослого населення. Задачі фізичного виховання дорослого населення. Форми організації занять з дорослим населенням: секції ОФП, групи здоров'я, секції туризму, секції з різних видів спорту, заняття виробничою гімнастикою. Самостійні заняття фізичними вправами в умовах повсякденного побуту. Основи методики занять з фізичної культури.

Фізична культура для людей похилого віку. Значення занять фізичними вправами з особами похилого віку. Характеристика вікових змін осіб похилого віку. Засоби і форми організації занять з людьми похилого віку. Особливості методики занять.

ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ СПОРТИВНИХ ДИСЦИПЛІН

Теорія та методика викладання плавання

- Техніка виконання і методика навчання способу плавання на спині. Рухи ногами і руками. Послідовність навчання.

- Техніка виконання і методика навчання способу плавання брасом. Рухи ногами і руками. Послідовність навчання.
- Техніка виконання і методика навчання способу плавання батерфляєм. Рухи ногами і руками. Послідовність навчання.
- Техніка виконання і методика навчання способу плавання кролем. Рухи ногами і руками. Послідовність навчання.
- Техніка викладання і методика навчання рухам рук при плаванні кролем.

Теорія та методика викладання гімнастики

Акробатика. Техніка виконання і методика навчання перевероту боком. Спеціально-підготовчі вправи. Вправи, що підводять до виконання основної.

Низька перекладина. Техніка виконання і методика навчання перемаху правою, лівою. Спеціально-підготовчі вправи. Вправи, що підводять до виконання основної.

Кільця. Техніка виконання і методика навчання вису зігнувшись, вису прогнувшись. Спеціально-підготовчі вправи. Вправи, що підводять до виконання основної.

Опорний стрибок. Техніка виконання і методика навчання опорному стрибку зігнувши ноги. Спеціально-підготовчі вправи. Вправи, що підводять до виконання основної.

Вправи в рівновазі. Техніка виконання і методика навчання гімнастичної комбінації: стійка на носках на кінці колоди, руки на поясі – 2 стрибка зі зміною ніг – шагом правою рівновага на правій, ліва назад, руки в сторони – шагом лівою махом правою стрибок на 2 з просуванням вперед у присід, руки вниз – поворот на 180° – встати – про бігання до кінця колоди – зіскок махом однієї і поштовхом другої. Спеціально-підготовчі вправи. Вправи, що підводять до виконання основної.

Танцювальні вправи.

Танцювальні та класичні хореографічні позиції. Техніка виконання і методика навчання.

Танцювальні кроки: приставний та змінний. Послідовність навчання. Техніка виконання.

Послідовність навчання танцювальним крокам галопу та польки. Техніка виконання.

Вальс. Особливості навчання і техніка виконання.

Набір танцювальних рухів, що необхідно знати вчителю фізкультури. Танцювальні кроки, що входять в навчальну програму середніх шкіл.

Теорія та методика викладання легкої атлетики

Техніка виконання і методика навчання бігу на короткі дистанції. Старт, біг на дистанції, фініш. Спеціально-підготовчі вправи.

Техніка виконання і методика навчання бігу на середні дистанції. Старт, біг на дистанції, фініш. Спеціально-підготовчі вправи.

Техніка виконання і методика навчання метанню малого м'яча. Спеціально-підготовчі вправи.

Техніка виконання і методика навчання стрибку у довжину. Фази. Спеціально-підготовчі вправи. Вправи, що підводять до виконання основної.

Техніка виконання і методика навчання стрибка у висоту. Спеціально підготовчі вправи. Вправи, що підводять до виконання основної.

Теорія та методика викладання спортивних ігор

Техніка виконання і методика навчання кидка м'яча в кошик в русі (2-х крокова техніка).

Техніка виконання і методика навчання подачі м'яча у волейболі.

Техніка виконання і методика навчання кидку м'яча в стрибку в гандболі.

Техніка виконання і методика навчання штрафному кидку у баскетболі.

Техніка виконання і методика навчання удару м'яча серединою стопи у футболі.

III. КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

Оцінювання знань вступників відбувається на підставі наступних критеріїв:

- правильність відповідей (правильне, чітке, достатньо глибоке викладення теоретичних понять);
- ступінь усвідомлення програмного матеріалу і самостійність міркувань;
- новизна навчальної інформації; рівень використання наукових (теоретичних знань);
- вміння користуватися засвоєними теоретичними знаннями у повсякденному житті.

Відповіді вступників оцінюється також, за формою, тобто з точки зору логічності, чіткості, виразності викладу відповіді.

Критерії оцінювання:

«176-200» - «Високий рівень» виставляється вступнику тоді, коли його відповідь бездоганна за змістом, формою, обсягом. Це означає, що вступник в повній мірі за програмою володіє навчальним матеріалом, дає бездоганні й глибокі відповіді на поставлені запитання, а також показує знання не лише основної, а й додаткової літератури, першоджерел, наводить власні міркування, робить узагальнюючі висновки, використовує знання з суміжних галузевих дисциплін, вміє пов'язати вивчений матеріал з реальною дійсністю і доцільно використовує його для аналізу практичних завдань.

«136-175» - «Середній рівень» передбачає також високий рівень знань, навичок і вмінь. При цьому відповідь досить повна, логічна, з елементами самостійності, але містить деякі неточності, або пропуски в неосновних питаннях. Можливе слабке знання додаткової літератури, недостатня чіткість у визначенні понять.

«100-135» - «Низький рівень» передбачає наявність знань лише основної літератури, вступник відповідає по суті питання, і в загальній формі розбирається у матеріалі, однак відповідь неповна, неглибока, містить неточності, дає недостатньо правильні формулювання, порушує послідовність викладу матеріалу, відчуває труднощі, застосовуючи знання при рішенні практичних завдань.

«0-99» - «Незадовільно» ставиться, коли вступник не знає значної частини програмного матеріалу, допускає суттєві помилки при висвітленні понять, на додаткові питання відповідає не по суті, робить велику кількість помилок в усній відповіді.

IV. СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аксенова А.М. Реабилитация детей с дисплазией тазобедренных суставов / А.М. Аксенова, Н.И. Аксенова, Т.А. Поворознюк // Лечеб. физкультура и спорт. Медицина. – 2009. – № 1. – С. 22–29.
2. Арефьев В.Г., Куриш В.І., Михайлова Н.Д. Самостійна робота студентів під час педагогічної практики: Навчально-методичний посібник для студентів факультету фізичного виховання. – 2-е вид.перероб.і доп.- К.: НПУ імені М.П.Драгомнова, 2009. - 113с.
3. Бар-Ор, О. Здоровье детей и двигательная активность: от физиологических основ до практического применения / О. Бар-Ор, Т.Роуланд; пер.с англ.. И.Андреев.-К.:Олимп.л-ра, 2009-528с.
4. Глущенко Н.В. Адаптація серцево-судинної системи організму до плавального навантаження кондиційного напрямку / Н.В. Глущенко // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2008. – №4. – С. 119–121.
5. Закони України: “Про освіту”, “Про культуру і спорт”, “Про дошкільне виховання”.
6. Зеленюк О.В. Физическое воспитание в управлении состоянием здоровья студенческим / О.В. Зеленюк // Физическое воспитание студентов творческих специальностей / ХГАДИ (ХХПИ). – Харьков, 2009. – № 2. – С. 75–82.
7. Іванова Л.І., Путров С.Ю., Карпюк Р.П. Теорія і методика оздоровчої фізичної культури: [навч.посібник] \ Л.І.Іванова, С.Ю.Путров, Р.П.Карпюк, - К.: ТОВ «Козарі», 2010-276с.
8. Козловская И.Б. Перспективы использования тренажера для поддержания и реабилитации профессиональных различных и возрастных групп населения / И.Б. Козловская // Теория и практика физ. культуры. – 2009. – № 3. – С. 18–20.
9. Компьютерный тренажерный комплекс для определения биомеханических характеристик тяжелоатлетических упражнений и бесконтактной траектории движения штанги / Т.Ю. Черкесов // Теория и практика физ. культуры. – 2009. – № 3. – С. 21–22.
10. Максименко Г.Н. Теоретико-методические основы подготовки юных легкоатлетов/ Г.Н.Максименко, Т.П.Бочаров.-Луганск:Альма-матер,2007. –394 с..
11. Москаленко Н.В. Фізичне виховання молодших школярів. – Дніпропетровськ: Інновація, 2007. – 252с.
12. Осадча Т.Ю. Формування професійної майстерності майбутніх учителів фізичного виховання (на прикладі навчальних програм університетів США): [наук.-метод.посіб.] / Т.Ю. Осадча.- Луганськ:Альма-матер, 2006-130с.
13. Реабилитационное оборудование для восстановления кисти // Лечеб. физкультура и спорт. Медицина. – 2009. – № 6. – С. 56–57.
14. Робоча програма з навчальної дисципліни «Фізичне виховання студентів спеціальної медичної групи із захворюванням на вегето-судинну дистонію за змішаним типом» / Уклад. А.В. Ольховик, О.М. Бурла.-Суми: СумДПУ імені А.С.Макаренка, 2014.-160с.
15. Сергієнко Л.П. Практикум з теорії і методики фізичного виховання: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту. – Харків: «ОВС», 2007. – 271с.
16. Спортивні змагання у школі / Упоряд. І.В.Лущик. – С73 Х., Вид. група «Основа», 2009. – 222, [2] с

17. Теорія і методика фізичного виховання \ Під ред. Т.Ю.Круцевич. – Київ: Олімпійська література, 2008-391с.

18. Типова навчальна програма з дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» / Укл.: Т.Ю. Круцевич, Б.М. Шиян, Ю.В. Петришин та ін.. – К.: Науковий світ, 2007.-18с.

19. Шамардіна Г.М. Основи теорії та методики фізичного виховання. – 2-ге вид., перероб. та доп., - Дніпропетровськ: Дріант, 2007.-486с.

20. Шмолль С. Лечение хронической боли в спине на тренажере «Подвесная петля» / С. Шмолль, Д. Хан, А. Швирц; пер. с нем. Н.Б. Сапроновой // Лечеб. физкультура и спорт. Медицина. – 2009. – № 1. – С. 48–55.