

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МИКОЛАЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ В. О. СУХОМЛИНСЬКОГО**

**Факультет педагогічної та соціальної освіти
Кафедра початкової освіти**

ЗАТВЕРДЖУЮ
Проректор із науково-педагогічної
роботи _____ О. А. Кузнецова
«30» серпня 2021 р.

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
«МЕТОДИКА НАВЧАННЯ ОСНОВ ЗДОРОВ'Я
І ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ»**

Освітній ступінь: бакалавр
Галузь знань: 01 Освіта /Педагогіка
Спеціальність : 013 Початкова освіта
Освітньо-професійна програма : Початкова освіта

2021-2022 навчальний рік

Розробник: Авраменко Квітослава Богданівна, доцент кафедри початкової освіти,
доктор філософії в галузі освіти, доцент _____ (К. Б. Авраменко)

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри початкової освіти

Протокол № 1 від «27» серпня 2021 р.

Завідувач кафедри _____ (С. І. Якименко)

«27» серпня 2021 р.

АНОТАЦІЯ УКРАЇНСЬКОЮ МОВОЮ

Дана програма нормативної дисципліни «Методика навчання основ здоров'я і фізичної культури» для підготовки І (бакалаврського) рівня вищої освіти фахівців спеціальності 013 Початкова освіта складена для реалізації освітньо-професійної програми «Початкова освіта» (за скороченим терміном навчання).

Важливою є підготовка фахівців спеціальності 013 Початкова освіта, здатних до успішного виконання професійних завдань і функціональних обов'язків у галузі початкової освіти; формування компетентностей, необхідних для реалізації концепції «нова українська школа», навчання здобувачів освіти за державним стандартом початкової освіти на рівні, що відповідає кваліфікації вчителя початкових класів закладу загальної середньої освіти.

Ключові слова: фізкультурна освітня галузь; здоров'язберігаючі технології, здоровий спосіб життя, принцип побудови курсу фізичної культури; методи і засоби навчання; матеріально-технічні засоби навчання і комплекти забезпечення для вчителів початкових класів та здобувачів освіти; фахівці початкової освіти.

АНОТАЦІЯ АНГЛІЙСЬКОЮ МОВОЮ

This program of the normative discipline «Methods of teaching the basics of health and physical culture» for the preparation of I (bachelor's) level of higher education specialists 013 Primary education is designed to implement the educational-professional program «Primary Education».

It is important to train specialists in the specialty 013 Primary Education, capable of successfully performing professional tasks and functional responsibilities in the field of primary education; formation of competencies necessary for the implementation of the concept of "New Ukrainian School", training of students according to the State Standard of Primary Education at a level that meets the qualifications of primary school teachers of general secondary education.

Key words: physical culture educational branch; healthy technologies, healthy lifestyle, the principle of building a course of physical culture; teaching methods and tools; material and technical teaching aids and support kits for primary school teachers and students; primary education specialists.

1. Опис навчальної дисципліни

| Найменування показників | Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень | Характеристика навчальної дисципліни |
|--|--|---|
| | | <i>заочна форма навчання СТН</i> |
| Кількість кредитів – 4 | Галузь знань: 01 Освіта / Педагогіка | Нормативна |
| Загальна кількість годин – 120 | Спеціальність: 013 Початкова освіта | <p><i>Рік підготовки:</i> 2-й</p> <p><i>Семестр</i> 4-й</p> <p><i>Лекції</i> 4 год.</p> <p><i>Практичні</i> 8 год.</p> <p><i>Самостійна робота</i> 108 год.</p> <p>Вид контролю: <i>екзамен</i></p> |
| Тижневих годин для заочної форми навчання: аудиторних – 0,5; самостійної роботи студента – 4,5. http://moodle.mdu.edu.ua | Освітній ступінь: бакалавр | |

Мова навчання – українська

Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної роботи становить: для заочної форми навчання – 120 год.: 12 год. – аудиторні заняття, 108 год. – самостійна робота (10 % / 90 %).

2. Мета та завдання навчальної дисципліни та очікувані результати

Мета курсу: формування професійної компетентності майбутніх учителів початкових класів з питань методики навчання освітньої галузі «Здоров'я і фізична культура» в освітньому процесі початкової школи.

Завдання – формування у студентів комплексу спеціальних знань у галузі «Здоров'я і фізична культура»: розвитку теорій фізичного виховання та основ здоров'я, методик їх застосування в освітньому процесі у початкових класах; вироблення умінь застосувати набуті знання у практичній діяльності в умовах освітнього процесу початкової освіти.

Передумови вивчення дисципліни: вивчення курсів психолого-педагогічного спрямування («Педагогіка» (загальна зі сторією педагогіки), «Психологія» (загальна, вікова, педагогічна), «Педагогічна творчість»), «Психодидактика» та дисципліни «Оздоровчі технології».

Навчальна дисципліна складається з 4-х кредитів.

Програмні результати навчання:

| | |
|-------|--|
| ПР-01 | Організовувати монологічну, діалогічну та полілогічну форми спілкування з молодшими школярами, іншими учасниками освітнього процесу, представниками громади, поважаючи права людини та суспільні цінності; формувати судження, що враховують соціальні, наукові та етичні аспекти. |
| ПР-03 | Критично оцінювати достовірність та надійність інформаційних джерел, дотримуватися юридичних і етичних вимог щодо використання інформаційно-комунікаційних та цифрових технологій у перебігу педагогічної діяльності в початковій школі. |
| ПР-05 | Організовувати освітній процес із використанням цифрових технологій та технологій дистанційного навчання молодших школярів, розвивати в учнів навички безпечної використання цифрових технологій та сервісів. |
| ПР-06 | Інтегрувати та використовувати академічні предметні знання як основу змісту освітніх галузей Державного стандарту початкової освіти (мовно-літературної, математичної, природничої, технологічної, інформатичної, соціальної і здоров'язбережувальної, громадянської та історичної, мистецької, фізкультурної) та трансформувати їх у різні форми. |
| ПР-07 | Планувати й здійснювати освітній процес з урахуванням вікових та індивідуальних особливостей молодших школярів, забезпечувати розвиток пізнавальної діяльності учнів, формувати в них мотивацію до навчання. |
| ПР-08 | Організовувати конструктивну та партнерську взаємодію з учасниками освітнього процесу початкової школи, використовувати практики самозбереження психічного здоров'я, усвідомленого емоційного реагування. |

| | |
|-------|---|
| ПР-09 | Планувати та організовувати освітній процес у початковій школі, позаурочні й позашкільні заняття та заходи, використовуючи різні організаційні форми навчання та типи занять, із дотриманням принципу науковості та вимог нормативних документів початкової школи. |
| ПР-10 | Використовувати в освітній практиці різні прийоми формувального, поточного і підсумкового оцінювання навчальних досягнень здобувачів початкової освіти, прийоми диференційованого оцінювання дітей з особливими освітніми потребами. |
| ПР-12 | Застосовувати методи та прийоми навчання, інновації, міжпредметні зв'язки та інтегрувати зміст різних освітніх галузей в стандартних і нестандартних ситуаціях професійної діяльності в початковій школі, оцінювати результативність їх застосування. |
| ПР-13 | Організовувати освітній простір з дотриманням принципів універсального дизайну, безпечно, проектувати навчальні осередки у класі спільно з молодшими школярами з урахуванням їхніх вікових особливостей, інтересів і потреб, забезпечувати дотримання вимог безпеки життєдіяльності, санітарії та гігієни, створювати психологічно комфортні умови освітнього процесу. |
| ПР-14 | Забезпечувати індивідуальний і диференційований розвиток здобувачів початкової освіти з особливими освітніми потребами відповідно до їхніх можливостей. |
| ПР-15 | Здійснювати профілактичні заходи щодо збереження життя та фізичного й психічного здоров'я здобувачів початкової освіти, надавати їм домедичну допомогу (за потреби), планувати та реалізовувати заходи щодо попередження і протидії булінгу та різних проявів насильства чи будь-якої з форм дискримінації серед учнів початкової школи й інших учасників освітнього процесу. |

У результаті вивчення курсу студент оволодіває такими **комpetентностями**:

| | |
|--|---|
| Інтегральна компетентність | Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі початкової освіти з розумінням відповідальності за свої дії. |
| Загальні компетентності | <p>ЗК-2. 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.</p> <p>ЗК-3. Здатність оцінювати та забезпечувати якість виконуваних робіт.</p> <p>ЗК-4. Здатність працювати в команді.</p> <p>ЗК-6. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.</p> <p>ЗК-7. Здатність діяти соціально відповідально і свідомо.</p> <p>ЗК-8. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів)</p> |
| Спеціальні (фахові) компетентності: | <p>СК-2. Здатність орієнтуватися в інформаційному просторі, використовувати відкриті ресурси, інформаційно-комунікаційні та цифрові технології, оперувати ними в професійній діяльності.</p> <p>СК-3. Здатність до інтеграції та реалізації предметних знань як основи змісту освітніх галузей Державного стандарту початкової освіти: мовно-літературної, математичної, природничої, технологічної, інформатичної, соціальної і здоров'язбережувальної, громадянської та історичної, мистецької, фізкультурної.</p> <p>СК-6. Здатність до організації освітнього процесу в початковій школі з урахуванням вікових та індивідуальних особливостей молодших школярів, розвитку в них критичного мислення та формування ціннісних орієнтацій.</p> <p>СК-7. Здатність до моделювання змісту відповідно до очікуваних результатів навчання, добору оптимальних форм, методів, технологій та засобів</p> |

| | |
|--|--|
| | формування ключових і предметних компетентностей молодших школярів у процесі вивчення освітніх галузей Державного стандарту початкової освіти: мовно-літературної, математичної, природничої, технологічної, інформатичної, соціальної і здоров'язбережувальної, громадянської та історичної, мистецької, фізкультурної. |
| | СК-9. Здатність до різних видів оцінювання навчальних досягнень здобувачів початкової освіти на засадах компетентнісного підходу. |
| | СК-10. Здатність до професійно-педагогічної діяльності в інклюзивному середовищі з різними категоріями дітей з особливими освітніми потребами. |
| | СК-11. Здатність до здійснення профілактичних заходів щодо збереження життя та здоров'я учнів початкової школи, до надання їм домедичної допомоги, до протидії та попередження булінгу, різних проявів насильства. |

3. Інформаційний обсяг навчальної дисципліни.

На вивчення навчальної дисципліни відводиться 120 годин / 4 кредити ECTS.

Кредит 1. Концептуальні засади методики навчання основ здоров'я і фізичної культури у початкових класах ЗЗСО

Кредит 2. Методичні основи викладання основ здоров'я і фізичної культури

Кредит 3. Принципи і методи побудови процесу фізичного виховання здобувачів початкової освіти

Кредит 4. Засоби фізичного виховання молодших школярів

Програма навчальної дисципліни

Кредит 1. Концептуальні засади методики навчання основ здоров'я і фізичної культури у початкових класах ЗЗСО

Тема 1. Методика навчання основ здоров'я і фізичної культури у початкових класах ЗЗСО як навчальна дисципліна у фаховій підготовці бакалаврів початкової освіти.

Предмет, завдання та структура дисципліни «Основи здоров'я і фізичної культури у початковій школі» та її міждисциплінарні зв'язки. Методологічні основи викладання основ здоров'я.

Основні поняття теорії: фізична культура, фізичне виховання, фізкультурна освіта, фізичний розвиток, фізична підготовленість, спорт (професійний, олімпійський, масовий), фізична рекреація, фізична реабілітація.

Тема 2. Структура і зміст дисципліни у ЗВО та НУШ.

Витоки фізичного виховання в Україні.

Мета, оздоровчі, освітні і виховні завдання дисципліни «Основи здоров'я і фізичної культури у початковій школі» на сучасному етапі розвитку України.

Основні державні документи з питань фізичної культури і спорту.

Психологічні і анатомо-фізіологічні особливості учнів молодшого шкільного віку.

Руховий режим учнів молодшого шкільного віку.

Система фізичного виховання у початкових класах.

Тема 3. 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. 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», інтегрованого курсу «Я досліджую світ».

Кредит 2. Методичні основи викладання основ здоров'я і фізичної культури

Тема 4. Урок як основна форма вивчення «Основи здоров'я та фізичної культури» у початкових класах ЗЗСО

Урок – основна форма організації фізичного виховання у початкових класах. Характеристика оздоровчих, освітніх і виховних завдань уроку.

Зміст підготовки вчителя початкових класів до уроків фізичної культури. Типи шкільних уроків фізичної культури.

Загальнодидактичні вимоги до уроку та його орієнтовна структура. Завдання і зміст підготовчої, основної і заключної частин уроку. Організація навчальної діяльності на уроці.

Фізичне навантаження та його дозування на уроці. Щільність та її визначення на уроці.

Особливості проведення нестандартних уроків у початкових класах.

Проведення уроків фізичної культури у малокомплектних школах.

Дотримання правил техніки безпеки на уроках фізичної культури.

Тематична перевірка навчальних досягнень учнів початкової школи. Семестрове і річне оцінювання з фізичної культури. Оцінка діяльності учнів на уроці.

Тема 5. Форми та види позаурочної і позакласної роботи здоров'яформуючого спрямування.

Форми та види позаурочної і позакласної роботи здоров'яформуючого спрямування: індивідуальні, групові, масові.

Методи організації процесу навчання у методиці навчання основ здоров'я в 1-4 класах.

Практичні роботи та їх види.

Тренінг як форма організації урочного і позаурочного навчання.

Види, форми і методи контролю та оцінки ефективності освітнього процесу.

Види позакласних спортивних заходів та змагань.

Кредит 3. Принципи і методи побудови процесу фізичного виховання здобувачів початкової освіти

Тема 6. Зміст і вимоги щодо рівня підготовки молодших школярів за фізкультурною освітньою галуззю.

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».

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 навколошньому середовищі. Профілактика шкідливих звичок у контексті формування в учнів навичок протидії негативним соціальним впливам.

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).

Тема 7. Методи навчання з основ здоров'я та фізичної культури.

Класифікація методів навчання.

Словесні методи: розповідь, пояснення, бесіда, розпорядження, вказівка, команда, підрахунок, розбір, інструктування, оцінка.

Наочні методи: показ, демонстрація (плакати, малюнки, технічні засоби навчання), звукова й світлова сигналізація, предметні орієнтири.

Практичні методи: вивчення вправи в цілому, вивчення вправи по частинах, ігровий, змагальний.

Методичні принципи і шляхи їх реалізації в процесі фізичного виховання молодших школярів: свідомості і активності, наочності, систематичності, доступності і індивідуалізації, міцності і прогресування, міжпредметних зв'язків.

Кредит 4. Засоби фізичного виховання молодших школярів

Тема 8. Загальні основи навчання фізичних вправ.

Фізичні вправи – основний засіб фізичного виховання.

Структура фізичних вправ. Вплив виконання фізичних вправ на збереження і зміцнення здоров'я школярів.

Роль природних сил (сонця, повітря, води), їх правильне застосування. Гігієнічні чинники: особиста і громадська гігієна, режим праці і відпочинку, харчування і сну, засобів відновлення організму.

Тема 9. Загальні основи розвитку фізичних якостей.

Загальна характеристика фізичних якостей. Методика розвитку швидкості, сили, гнучкості, прудкості, витривалості і спритності. Комплексний характер розвитку фізичних якостей.

Руханки та їх види. Вплив руханок на розвиток фізичних якостей молодших школярів.

Тема 10. Спортивні ігри у початкових класах ЗЗСО

Класифікація рухливих ігор. Методика навчання рухливих ігор.

Гімнастика. Методичні особливості гімнастики. Види гімнастики.

Інвентар і обладнання. Матеріально-технічна база з фізичного виховання в школі.

Ігри з мячом: різновиди, методичні особливості проведення.

Формування міжособистісної взаємодії учнів під час проведення спортивних ігор.

4. Структура навчальної дисципліни Заочна форма навчання (СТН)

| Назви кредитів і тем | Кількість годин (заочна форма) | | | |
|--|--------------------------------|----------|----------|------------|
| | Усього | Л | Пр | СР |
| Кредит 1. Концептуальні засади методики навчання основ здоров'я і фізичної культури у початкових класах ЗЗСО | | | | |
| Тема 1. Методика навчання основ здоров'я і фізичної культури у початкових класах ЗЗСО як навчальна дисципліна у фаховій підготовці бакалаврів початкової освіти | 10 | 0 | 1 | 9 |
| Тема 2. Структура і зміст дисципліни у ЗВО та НУШ | 10 | 0 | 1 | 9 |
| Тема 3. Формування основ здорового способу життя молодших школярів | 10 | 0 | 0 | 10 |
| Разом за 1-й кредит: | 30 | 0 | 2 | 28 |
| Кредит 2. Методичні основи викладання основ здоров'я і фізичної культури | | | | |
| Тема 4. Урок як основна форма вивчення «Основи здоров'я та фізичної культури» в початковій школі | 16 | 2 | 0 | 14 |
| Тема 5. Форми та види позаурочної і позакласної роботи здоров'яформуючого спрямування | 14 | 0 | 2 | 12 |
| Разом за 2-й кредит: | 30 | 2 | 2 | 26 |
| Кредит 3. Принципи і методи побудови процесу фізичного виховання здобувачів початкової освіти | | | | |
| Тема 6. Зміст і вимоги щодо рівня підготовки молодших школярів за фізкультурною освітньою галуззю | 14 | 0 | 0 | 14 |
| Тема 7. Методи навчання з основ здоров'я та фізичної культури | 16 | 0 | 2 | 14 |
| Разом за 3-й кредит: | 30 | 0 | 2 | 26 |
| Кредит 4. Засоби фізичного виховання молодших школярів | | | | |
| Тема 8. Загальні основи навчання фізичних вправ | 10 | 1 | 0 | 9 |
| Тема 9. Загальні основи розвитку фізичних якостей | 10 | 1 | 0 | 9 |
| Тема 10. Спортивні ігри у початкових класах ЗЗСО | 10 | 0 | 2 | 8 |
| Разом за 4-й кредит: | 30 | 2 | 2 | 26 |
| Усього | 120 | 4 | 8 | 108 |

5. Теми лекцій Заочна форма навчання (СТН)

| № з/п | Назва теми | Кількість годин |
|---|---|--------------------|
| Кредит 2. Методичні основи викладання основ здоров'я і фізичної культури | | |
| 1 | Тема 4. Урок як основна форма вивчення «Основи здоров'я та фізичної культури» в початковій школі | 2 |
| Кредит 4. Засоби фізичного виховання молодших школярів | | |
| 2 | Тема 8-9. Загальні основи розвитку фізичних вправ і розвитку фізичних якостей молодших школярів | 2 |
| Усього | | 4 год. |

6. Теми практичних занять Заочна форма навчання (СТН)

| № з/п | Назва теми | Кількість годин ЗФН |
|---|--|------------------------|
| Кредит 1. Концептуальні засади методики навчання основ здоров'я у початковій школі | | |
| | Тема 1. Методика навчання основ здоров'я і фізичної культури у початковій | 1 |

| | | |
|--|---|---------------|
| 1. | школі як навчальна дисципліна у фаховій підготовці бакалаврів початкової освіти | |
| | Тема 2. Структура і зміст дисципліни у ЗВО та НУШ | 1 |
| Кредит 2. Методичні основи викладання основ здоров'я і фізичної культури | | |
| 2. | Тема 5. Форми та види позаурочної і позакласної роботи здоров'яформуючого спрямування | 2 |
| Кредит 3. Принципи і методи побудови процесу фізичного виховання здобувачів початкової освіти | | |
| 3. | Зміст і вимоги щодо рівня загальноосвітньої підготовки молодших школярів за темами розділу «Фізична складова здоров'я» у 1-4 класах | 2 |
| Кредит 4. Засоби фізичного виховання молодших школярів | | |
| 4. | Тема 10. Спортивні ігри у початкових класах ЗЗСО | 2 |
| | | Усього |
| | | 8 |

7. Самостійна робота

Заочна форма навчання (СТН)

| № з/п | Назва теми | К-сть годин ЗФН |
|--|--|--------------------|
| Кредит 1. Концептуальні засади методики навчання основ здоров'я у початковій школі | | |
| 1 | Тема 1. Методика навчання основ здоров'я і фізичної культури у початковій школі як навчальна дисципліна у фаховій підготовці бакалаврів початкової освіти | 9 |
| 2 | Тема 2. Структура і зміст дисципліни у ЗВО та НУШ | 9 |
| 3 | Тема 3. Формування основ здорового способу життя молодших школярів | 10 |
| Кредит 2. Методичні основи викладання основ здоров'я | | |
| 4. | Тема 4. Урок як основна форма вивчення «Основи здоров'я та фізичної культури» в початковій школі | 14 |
| 5. | Тема 5. Форми та види позаурочної і позакласної роботи здоров'яформуючого спрямування | 12 |
| Кредит 3. Принципи і методи побудови процесу фізичного виховання здобувачів початкової освіти | | |
| 6. | Тема 6. Зміст і вимоги щодо рівня підготовки молодших школярів за фізкультурною освітньою галуззю | 14 |
| 7. | Тема 7. Методи навчання з основ здоров'я та фізичної культури | 14 |
| Кредит 4. Засоби фізичного виховання молодших школярів | | |
| 8. | Тема 8. Загальні основи навчання фізичних вправ | 9 |
| 9. | Тема 9. Загальні основи розвитку фізичних якостей | 9 |
| 10. | Тема 10. Спортивні ігри у початкових класах ЗЗСО | 8 |
| Разом | | 108 |

8. Індивідуальне навчально-дослідне завдання

1. Написання реферату (обрати на вибір самостійно тему із запропонованих).

Вимоги до реферату:

- 1) наявність складових компонентів: зміст, аналіз джерел, власні висновки, список джерел);

- 2) опрацювання не менше 10 джерел (друковані посібники, підручники, навчально-методична література, періодичні видання тощо), у тому числі – електронні ресурси чи видання);
- 3) своєчасне подання на перевірку реферату;
- 4) прилюдний захист основних положень та власних висновків (за умови дистанційного чи змішаного навчання – робота здійснюється на платформах Moodle чи Zoom-конференції).

Орієнтовна тематика рефератів:

1. Вікові періоди школярів та їх особливості.
2. Вікові періоди дорослих та їх особливості.
3. Вплив стилю життя на здоров'я людини.
4. Міжнародний оздоровчий рух «Спорт для всіх».
5. Організація «Пласт» в Україні : історія та сучасні підходи до загартовування.
6. Контроль за фізичним здоров'ям людини.
7. Мотивація до рухової активності дорослих.
8. Рухова активність молодших школярів : проблеми та позитив.
9. Організація оздоровчих клубів у зарубіжних країнах (обрати самостійно 2 країни).
10. Види здоровязбережувальних технологій у початковій школі.
11. Руханки : стуність, доцільність, види.
12. Управління процесом фізичного виховання у Новій українській школі.
13. Оцінка та самооцінка фізичного здоров'я.
14. Вплив стресових ситуацій на здоров'я людини.
15. Модульна освітньо-виховна програма для учнів «Абетка харчування».
16. Валеологічні основи конфліктології і методи подолання конфліктних ситуацій.
17. Витоки фізичного виховання в Україні.
18. Комплексний характер розвитку фізичних якостей.
19. Роль природних сил, їх застосування у відновленні сил організму.
20. Гігієнічні чинники відновлення організму.

9. Форми роботи та критерії оцінювання

Форми поточного та підсумкового контролю. Комплексна діагностика знань, умінь і навичок студентів із дисципліни здійснюється на основі результатів проведення поточного й підсумкового контролю знань (КР). Поточне оцінювання (індивідуальне, групове і фронтальне опитування, самостійна робота, самоконтроль). Завданням поточного контролю є систематична перевірка розуміння й засвоєння програмового матеріалу, виконання практичних робіт, уміння самостійно опрацьовувати літературу, готовувати реферат та здатність публічно його представляти.

Завданням підсумкового контролю (КР, іспит) є перевірка глибини засвоєння студентом програмового матеріалу.

Критерії оцінювання відповідей на практичних заняттях:

Студенту виставляється *відмінно*, якщо студент вільно володіє матеріалом, застосовує його на практиці у стандартних (навчальні ситуації, практичні роботи) і нестандартних ситуаціях,

доводить власні думки та оцінює різні явища та факти, Знаходить самостійно джерела інформації, на основі їх аналізу аргументує свої думки; дотримується здорового способу життя, займається спортом, має певні спортивні досягнення.

Студенту виставляється дуже добре, якщо студент володіє матеріалом, застосовує його на практиці у стандартних (навчальні ситуації, практичні роботи) і нестандартних ситуаціях, доводить власні думки та за допомогою викладача аргументує свої думки.

Студенту виставляється добре, якщо студент володіє матеріалом, застосовує його на практиці у стандартних (навчальні ситуації, практичні роботи ситуаціях, доводить власні думки та за допомогою викладача аргументує свої думки.

Студенту виставляється задовільно, якщо студент володіє матеріалом, але без пояснень наводить приклади, застосовує його на практиці за допомогою викладача, має проблеми із аргументацією власних думок чи аналізу отриманої інформації.

Кількість балів у кінці **семестру** повинна складати від 200 до 400 балів (за 4 кредити), тобто сума балів за виконання усіх завдань.

Відповідний розподіл балів, які отримують студенти за 4 кредити.

Розподіл балів, які отримують студенти

| Поточне оцінювання та самостійна робота | | | | | | | | | | | KP | Накопичувальні бали/сума |
|---|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|------|--|----|--------------------------|
| T 1 | T 2 | T 3 | T 4 | T 5 | T 6 | T 7 | T 8 | T 9 | T 10 | | 50 | 400/100 |
| 30 | 30 | 40 | 40 | 40 | 40 | 30 | 40 | 30 | 30 | | | |

Рейтинговий контроль знань студентів здійснюється за 100-балльною шкалою:

Шкала оцінювання: національна та ECTS

| ОЦІНКА ЄКТС | СУМА БАЛІВ | ОЦІНКА ЗА НАЦІОНАЛЬНОЮ ШКАЛОЮ | |
|----------------|------------|-------------------------------|-----------------------------|
| | | екзамен 5 (відмінно) | зalік 5/відм./зараховано |
| A | 90-100 | | |
| B | 80-89 | | |
| C | 65-79 | 4 (добре) | 4/добре/ зараховано |
| D | 55-64 | | |
| E | 50-54 | 3 (задовільно) | 3/задов./ зараховано |
| FX | 35-49 | 2 (незадовільно) | Не зараховано |

***Примітка.** Коефіцієнт для іспиту – 0,6. Іспит оцінюється в 40 б.

10. Засоби діагностики

Засобами діагностики та методами демонстрування результатів навчання є: завдання до практичних занять, завдання для самостійної роботи, презентації, тестові завдання, методичний кейс, контрольна робота.

11. Методи навчання:

Словесні (розвідка, лекція, бесіда); наочні (ілюстрація, демонстрація); практичні методик (виконання та показ фізичних вправ, збір відеоматеріалів), репродуктивні й частково-пошукові методи навчання; ділові та рольові ігри, проектні методики тощо; самостійна робота студентів.

11. Методи контролю:

Види контролю: поточний, тематичний, підсумковий, самоконтроль.

Форми контролю: письмове та усне опитування, тестування, оцінювання завдань самостійної роботи, семестровий екзамен.

12. Рекомендована література

Базова:

1. Вільчковський Е.С., Курок О.І. Теорія та методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: Навч. Посібник. Суми: ВТД «Університетська книга», 2005. 428 с.
2. Володарська М.О. Основи здоров'я. 1 клас. Х. : Вид. група «Основа», 2010. 112 с. : іл.
3. Володарська М.О. Основи здоров'я. 2 клас. Х. : Вид. група «Основа», 2010. 104 с. : іл.
4. Володарська М.О. Основи здоров'я. 3 клас. Х. : Вид. група «Основа», 2010. 104 с. : іл.
5. Володарська М.О. Основи здоров'я. 4 клас. Х. : Вид. група «Основа», 2010. 118 с. : іл.
6. Володарська М.О. Усі уроки з курсу «Основи здоров'я». 1-4 класи. Х. : Вид. група «Основа», 2013. 490 с.
7. Основи здоров'я. 1-й клас: орієнтовні календарні плани. Учитель початкової школи. 2016. № 5. С. 6-7. – Вкладка.
8. **Типові освітні програми для закл. загальної середньої освіти: 1 клас /** Укладач А. В. Лотоцька. Харків : Видавництво «Ранок», 2018. 192 с.
9. **Типові освітні програми** для закл. загальної середньої освіти: 1-2 класи. К.: ТД «Освіта-Центр плюс», 2018. 240 с.
10. **Типові освітні програми** для закл. загальної середньої освіти: 1-2 та 3-4 класи. К. : Видавництво «Світоч», 2019. 336 с.
11. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання. Частина 1. Тернопіль: Навчальна книга –Богдан, 2001. 272 с.

Допоміжна література:

1. Ареф'єв В.Г., Єдинак Г.А. Фізична культура в школі: навчальний посібник. Кам'янець-Подільський: Абетка-Нова, 2002. 384 с.
2. Бєленька Г.В., Богініч О.Л., Машовець М.А. Здоров'я дитини – від родини. К.:СПД Богданова А.М., 2006. 220 с.
3. Блудова Л. Як виховати здорову, дитину. К.: Вид. Дім «Шкіл. світ»: Вид.-во Л. Галіцина, 2006. 120 с.
4. Бойченко Т.Є. Абетка здоров'я. К.: Освіта, 1997. 71 с.
5. Ващенко О. Здоровий спосіб життя – важливий чинник виховання особистості: теоретико-методологічний аспект. *Початкова школа*. 2004. № 4. С. 48-50.
6. 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.

7. 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.
8. Гнатюк О.В. Зошит з основ здоров'я : навч. посіб. для 1 кл. загальноосв. навч. закл. 2-ге вид. К. : Генеза, 2012. 48 с.
9. Гнатюк О.В. Зошит з основ здоров'я : навч. посіб. для 2 кл. загальноосв. навч. закл. 2-ге вид. К. : Генеза, 2012.48 с.
10. Навчання здоровому способу життя на засадах розвитку навичок через систему шкільної освіти: Оцінка ситуації / О.М. Балакірєва, Л.С.Ващенко, О.Т. Сакович та ін. К., 2004. 108 с.
11. 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.
12. 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.
13. 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.
14. 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.
15. Основи здоров'я : підруч. для загальноосв. навч. закл. : 1-й кл. /О.В. Гнатюк. К. : Генеза, 2012. 112 с.
16. Основи здоров'я : підруч. для загальноосв. навч. закл. : 2-й кл. / О.В.Гнатюк. К. : Генеза, 2012. 112 с.
17. Основи здоров'я : підруч. для 3-го кл. загальноосв. навч. закл. / О.В.Гнатюк. К. : Генеза, 2014. 114 с. : іл.
18. Основи здоров'я : підруч. для 4-го кл. загальноосв. навч. закл. /О.В. Гнатюк. Київ : Генеза, 2015. 160 с. : іл.
19. Презлята Г. Фізкультурна аптечка: Посібник для вчителів фізичної культури, валеології, різних категорій виховників, студентів педагогічних навчальних закладів І-ІІ, ІІІ-ІV рівнів акредитації. Івано-Франківськ: Редакційно-видавничий центр Івано-Франківського обласного інституту післядипломної освіти педагогічних працівників, 1999. 36 с.
20. Сергієнко Л. П. Практикум з теорії та методики фізичного виховання: Навчальний посібник. Харків: «ОВС», 2007. 271 с.
21. Уроки фізкультури в 1-3 класах / метод. рекомендації. Херсон, 1998. 48 с.
22. Шиян Б.М. Методика фізичного виховання школярів. Львів: Світ, 1993. 184 с.

13. Інформаційні ресурси

1. Державна науково-педагогічна бібліотека України ім. В. О. Сухомлинського: URL : www.dpnb.gov.ua
2. Державний стандарт початкової освіти : <http://mon.gov.ua/activity/education/zagalna-serednya/derj-stand.html>
3. Електронна бібліотека підручників: URL: <http://studentam.kiev.ua/>
4. Електронні бібліотеки: URL : <http://dir.meta.ua/ua/science-education/e-libraries/>
5. Навчальні програми для початкової школи : <http://mon.gov.ua/activity/education/zagalna-serednya/pochatkova-shkola.html>
6. Національна бібліотека України імені В. І. Вернадського: URL : <http://nbuv.gov.ua/>
7. Освіта в Україні та за кордоном (новини освіти, конкурси, олімпіади, корисні посилання, початкова освіта, середня освіта, вища освіта) : <http://osvita.ua>
8. Освітній портал – каталог освітніх ресурсів, новини освіти, вищі навчальні заклади України: URL : <http://osvita.org.ua>
9. Сайт Міністерства освіти і науки України : <http://mon.gov.ua/>
10. Сайт Міністерства освіти та науки України з новими правовими документами, які регламентують ЗЗСО: URL : Ed-Era.ua
11. Сайт Міністерства освіти та науки України, олімпіади, періодика) : URL : <http://school.kiev.ua/>