

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ПРИКАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТЕФАНІКА**

Коломийський навчально-науковий інститут

Кафедра педагогіки і психології

**СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

**Теорія та методика фізичного виховання та валеологічної освіти**

Рівень вищої освіти: перший (бакалаврський)

Освітня програма : ОР "Бакалавр"

Спеціальність : 013 Початкова освіта

Галузь знань: 01 Освіта/Педагогіка

Затверджено на засіданні кафедри  
Протокол № 7 від 25 січня 2024 р.

м. Івано-Франківськ - 2024

<b>1. Загальна інформація</b>	
<b>Назва дисципліни</b>	Теорія та методика фізичного виховання та валеологічної освіти
<b>Викладач (-і)</b>	Чепіль М. В.
<b>Контактний телефон викладача</b>	+380509575082
<b>Е-mail викладача</b>	mariia.chepil@pnu.edu.ua
<b>Формат дисципліни</b>	Очний/заочний
<b>Обсяг дисципліни</b>	3 кредити ЄКТС, 90 год
<b>Посилання на сайт дистанційного навчання</b>	<a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/developer/">https://d-learn.pnu.edu.ua/developer/</a> <a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/developer/course/view/679">https://d-learn.pnu.edu.ua/developer/course/view/679</a>
<b>Консультації</b>	
<b>2. Анотація до навчальної дисципліни</b>	
<p>Предметом вивчення навчальної дисципліни «Теорія та методика фізичного виховання та валеологічної освіти» є формування у студентів знань, щодо формування здорового способу життя та навичку ефективного використання різних засобів фізичного виховання і спорту для збереження та зміцнення здоров'я школярів, психофізичної підготовки і самопідготовки до майбутньої професійної діяльності. Опанування цієї дисципліни є оволодінням уявленнями щодо змісту фізичної культури, а також навичками й уміннями з видів спорту та проведення заняття з фізичної культури. Навички, які формуються у ході навчання реалізуються в подальшому в сфері професійної діяльності.</p>	
<b>3. Мета та цілі навчальної дисципліни</b>	
<p>Ознайомити студентів з основними складовими здоров'я людини, встановити сутність здорового способу життя, надати майбутнім вчителям необхідного мінімуму знань з теорії й практики формування, збереження та зміцнення здоров'я.</p> <p>Основні завдання курсу – сприяти процесу оволодіння студентами основами формування здоров'язбережувальної компетентності учнів на основі оволодіння ними знаннями про здоров'я та безпеку, практичними навичками здорового способу життя і безпечної поведінки, формування в них ціннісного ставлення до життя і здоров'я, сприяння їх фізичному, психічному, соціальному і духовному розвитку.</p>	
<b>4. Програмні компетентності та результати навчання</b>	
<b>Інтегральна компетентність</b>	
Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі початкової освіти з розумінням відповідальності за свої дії	
<b>Загальні компетентності:</b>	
<p><b>ЗК-2.</b> 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><b>ЗК-5.</b> Здатність виявляти, ставити та вирішувати проблеми.</p> <p><b>ЗК-6.</b> Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.</p>	
<b>Фахові компетентності:</b>	
<p><b>СК-2.</b> Здатність орієнтуватися в інформаційному просторі, використовувати відкриті ресурси, інформаційно-комунікаційні та цифрові технології, оперувати ними в професійній діяльності</p> <p><b>СК-3.</b> 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>	

**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.

**СК-7.** Здатність до моделювання змісту відповідно до очікуваних результатів навчання, добору оптимальних форм, методів, технологій та засобів 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-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.

#### Результати навчання:

**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 безпечного 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-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-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.

### 5. Організація навчання

#### Обсяг навчальної дисципліни

Вид заняття	Загальна кількість годин
лекції	12
практичні	18
самостійна робота	60

#### Ознаки навчальної дисципліни

Семестр	Спеціальність	Курс (рік навчання)	Нормативн вибірковий
7	013 Початкова освіта	4	вибірковий

#### Тематика навчальної дисципліни

Тема	Кількість год.		
	лекції	заняття	Сам. робота
Теоретичні основи фізичного виховання та валеологічної освіти	2	2	6
Характеристика засобів фізичного виховання	2	2	6
Фізичне здоров'я індивіда.	2	2	6
Основи психічного здоров'я	2	2	6

Вікові особливості дітей шкільного віку.	2	2	6
Основні форми з фізичного виховання в закладах середньої освіти освіти	2	2	10
Урок фізичної культури як основна форма занять з фізичного виховання		4	10
Методика використання форм фізичного виховання в позаурочний час		2	10
Загальна кількість год.	12	18	60

#### 6. Система оцінювання курсу

Загальна система оцінювання курсу	<b>Шкала оцінювання: національна та ECTS</b>		
	Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою для екзамену, курсового проекту (роботи), практики
	90 – 100	<b>A</b>	відмінно
	80–89	<b>B</b>	добре
	70–79	<b>C</b>	
	60–69	<b>D</b>	задовільно
	50–59	<b>E</b>	
	26–49	<b>FX</b>	незадовільно з можливістю повторного складання
0-25	<b>F</b>	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	
<p>Фактична кількість балів, отримана студентом за результатами поточного контролю та підсумками, переводиться в державну оцінку за такими критеріями: <b>A</b> – оцінка «відмінно» (90-100 балів) виставляється за глибокі знання навчального матеріалу, що міститься в основних і додаткових рекомендованих літературних джерелах, вміння аналізувати явища, які вивчаються, у їх взаємозв'язку і розвитку, чітко, лаконічно, логічно послідовно відповідати на поставлені питання, вміння застосовувати теоретичні положення при розв'язуванні практичних задач; <b>B</b> – оцінка «добре» (80-89 балів) виставляється за міцні знання навчального матеріалу, включаючи розрахунки, аргументовані відповіді на поставлені питання; <b>C</b> – оцінка «добре» (70-79 балів) виставляється за міцні знання навчального матеріалу, включаючи розрахунки, аргументовані відповіді на поставлені питання, які, однак, містять певні (несуттєві) неточності; <b>D</b> – оцінка «задовільно» (60-69 балів) виставляється за посередні знання навчального матеріалу, мало аргументовані відповіді; <b>E</b> – оцінка «задовільно» (50-59 балів) виставляється за слабкі знання навчального матеріалу, неточні або мало аргументовані відповіді, з порушенням послідовності його викладання; <b>FX</b> – оцінка «незадовільно» з можливістю повторного складання екзамену (26-49 балів) виставляється за незнання значної частини навчального матеріалу, суттєві помилки у відповідях на питання; <b>F</b> – оцінка «незадовільно» з обов'язковим повторним вивченням модуля (навчальної дисципліни) (0-25 балів) виставляється за незнання значної частини навчального матеріалу, суттєві помилки у відповідях на питання, незнання</p>			

	<p>основних фундаментальних положень.  Екзаменаційна оцінка – сума балів за практичні роботи, виконані протягом семестру(60%), контрольну роботу(10%) і письмові відповіді та практичне завдання екзаменаційного білету(30%).  Семестровий контроль у формі заліку передбачає, що підсумкова оцінка (у стобальній шкалі) з навчальної дисципліни визначається як сума оцінок за поточний контроль знань. Здобувач освіти вважається допущеним до семестрового контролю з конкретної навчальної дисципліни (семестрового екзамену, заліку), якщо він виконав усі види робіт, передбачені силабусом навчальної дисципліни. Неформальна освіта враховується як самостійна робота студента.  Оцінки за залік:</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="3">Шкали оцінювання</th> </tr> <tr> <th>університетська</th> <th>національна</th> <th>Шкала ЄКТС</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>90-100</td> <td rowspan="5">зараховано</td> <td>A</td> </tr> <tr> <td>80-89</td> <td>B</td> </tr> <tr> <td>70-79</td> <td>C</td> </tr> <tr> <td>60-69</td> <td>D</td> </tr> <tr> <td>50-59</td> <td>E</td> </tr> <tr> <td>26-49</td> <td rowspan="2">не зараховано</td> <td>FX</td> </tr> <tr> <td>1-25</td> <td>F</td> </tr> </tbody> </table>	Шкали оцінювання			університетська	національна	Шкала ЄКТС	90-100	зараховано	A	80-89	B	70-79	C	60-69	D	50-59	E	26-49	не зараховано	FX	1-25	F
Шкали оцінювання																							
університетська	національна	Шкала ЄКТС																					
90-100	зараховано	A																					
80-89		B																					
70-79		C																					
60-69		D																					
50-59		E																					
26-49	не зараховано	FX																					
1-25		F																					
Вимоги до письмової роботи																							
Практичні заняття	виконання практичних робіт (90 %)																						
Самостійна робота	Виконання самостійної роботи (10 %)																						
Умови допуску до підсумкового контролю	виконання 50% практичних робіт.																						
Підсумковий контроль	Залік																						
<b>7. Політика навчальної дисципліни</b>																							
<p>Жодні форми порушення академічної доброчесності не толеруються. Програма курсу побудована так, що студенти засвоюють навички та вміння з фізичної культури та основ здоров'я на практичних заняттях. Кожен етап засвоєння вмінь та навичок проходить так, щоб студент вмів самостійно застосувати ці знання у повсякденному житті та за професійною діяльністю. Підсумком вивчення дисципліни є залікова оцінка. Враховується неформальна освіта як самостійна робота студента.</p>																							
<b>8. Рекомендована література</b>																							
<ol style="list-style-type: none"> <li>Бех І.Д. Воронцова, В. С. Пономаренко, С. Страшко. Основи здоров'я: підручник для 4-го кл. загальноосв. навч. закл. Київ: Видавництво «Алатон», 2015. 148 с.</li> <li>Ващенко О., С. Свириденко Навчаємо здорового способу життя: Методичний poradник: Початкова освіта. 2007, № 13 . С. 2-15.</li> <li>Гауряк О. Д., Доцюк Л.Г. Методика проведення фізичної культури в спеціальних медичних групах : навч.-метод. посібник . Чернівці, 2021. 156 с.</li> <li>Гурєєва А. М., Черненко Є. Ю., ДорошенкоУ. Ю. Теорія і методика фізичного виховання : основи спеціальної термінології у фізичному вихованні: навчальний Запоріжжя : ЗДМУ, 2020. 78 с.</li> <li>Качан О. А., Кудрявець Д. С., Вольвак М. О. Методичний путівник учителя нової</li> </ol>																							

- української школи : фізична культура. Краматорськ, 2021. 63 с.
6. Лаппо В. В. Теорія виховання: навч. посіб. Івано-Франківськ: НАІР, 2017. 312 с.
7. Лаппо Віолетта Валеріївна. Теорія і методика виховання: навчальний посібник. Івано-Франківськ: НАІР, 2022. 384 с.
8. Лаппо В. В., Поясик О. І., Русакова О. В., Чепіль М. В. Підготовка майбутніх вчителів до інтеграції гуцульської етнокультури в освітній процес початкової школи: монографія / за літ. ред. Г. М. Волощук. Івано-Франківськ: НАІР, 2021. 316 с.
9. Максимова О.О. Валеологічна освіта дітей дошкільного віку (теоретико-методичні засади): навчально-методичний посібник. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2018. 213 с.
10. Матвієнко С. І. Методичні рекомендації до семінарських занять з курсу «Теорія та М54 методика фізичного виховання та валеологічної освіти». Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2021. 44 с.
11. Матвієнко С. І. Методичні рекомендації до самостійної роботи здобувачів бакалаврського М54 рівня (денна форма навчання) з навчальної дисципліни «Теорія та методика фізичного виховання та валеологічної освіти» спеціальність 012 «Дошкільна освіта». Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2021. 90 с.
12. Пангелова Н. Є., Круцевич Т. Ю., Данилко В. М. Теоретико-методичні основи фізичної культури: навчальний посібник. Переяслав-Хмельницький: ФОП Домбровська Я. М., 2017. 505 с.
13. Презлята Г. В., Ткачівська І. М. Педагогічна майстерність учителя фізичної культури: навчально-методичний посібник. Івано-Франківськ, 2018. 365 с
14. Романенко С. С., 14. Прокоф'єва Л. А. Теорія і методика навчання фізичної культури в ЗЗСО з основами біомеханіки фізичних вправ. Одеса, 2023. 154 с.

**Викладач: Чепіль М. В.**