

Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка
Факультет фізичної культури
Кафедра легкої атлетики з методикою викладання

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри легкої атлетики з методикою
викладання



Л.Д. Гурман

підпис

27 серпня 2021 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ

підготовки фахівців першого (бакалаврського) рівня вищої освіти

за освітньо-професійною програмою Середня освіта (Фізична культура)

спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура)

галузі знань 01 Освіта / Педагогіка

мова навчання: українська


2021-2022 навчальний рік

Розробник програми: Л. Д. Гурман, кандидат педагогічних наук, завідувач кафедри легкої атлетики з методикою викладання, доцент
А.Б. Ладияк, викладач кафедри легкої атлетики з методикою викладання
В. В. Ліщук, ЗТУ, доцент кафедри легкої атлетики з методикою викладання.

Ухвалено на засіданні кафедри легкої атлетики з методикою викладання

Протокол № 7 від 27 серпня 2021 року

ПОГОДЖЕНО

Гарант освітньо-професійної програми  Ю.В.Юрчишин

Зміст робочої програми навчальної дисципліни

1. Метою викладання навчальної дисципліни “Теорія і методика викладання легкої атлетики” є оволодіння технікою основних видів легкоатлетичних вправ, придбання необхідних знань, вмінь та навичок для самостійної педагогічної та організаторської роботи з легкої атлетики в школі.

2. Обсяг дисципліни

Змістовий модуль 1

| Найменування показників | Характеристика навчальної дисципліни | |
|------------------------------------|--------------------------------------|-----------------------|
| | денна форма навчання | заочна форма навчання |
| Рік навчання | 1-й рік | 2-й рік |
| Семестр вивчення | 1 семестр | 3 семестр |
| Кількість кредитів ЄКТС | 3 кредити | кредити |
| Загальний обсяг годин | 90 годин | 90 годин |
| Кількість годин навчальних занять | 46 годин | 12 годин |
| Лекційні заняття | 4 години | 2 годин |
| Практичні заняття | 42 години | 10 годин |
| Семінарські заняття | - | - |
| Лабораторні заняття | - | - |
| Самостійна та індивідуальна робота | 44 годин | 78 години |
| Форма підсумкового контролю | Залік | Залік |

Змістовий модуль 2

| Найменування показників | Характеристика навчальної дисципліни | |
|------------------------------------|--------------------------------------|-----------------------|
| | денна форма навчання | заочна форма навчання |
| Рік навчання | 2-й рік | 3-й рік |
| Семестр вивчення | 3 семестр | 5 семестр |
| Кількість кредитів ЄКТС | 3 кредити | 3 кредити |
| Загальний обсяг годин | 90 годин | 90 годин |
| Кількість годин навчальних занять | 60 годин | 16 годин |
| Лекційні заняття | 4 години | 4 годин |
| Практичні заняття | 40 години | 12 годин |
| Семінарські заняття | - | - |
| Лабораторні заняття | - | - |
| Самостійна та індивідуальна робота | 46 годин | 74 години |
| Форма підсумкового контролю | Залік | Залік |

Змістовий модуль 3

| Найменування показників | Характеристика навчальної дисципліни | |
|------------------------------------|--------------------------------------|-----------------------|
| | денна форма навчання | заочна форма навчання |
| Рік навчання | 3-й рік | 4-й рік |
| Семестр вивчення | 5 семестр | 7 семестр |
| Кількість кредитів ЄКТС | 3 кредити | 4 кредити |
| Загальний обсяг годин | 90 годин | 90 годин |
| Кількість годин навчальних занять | 60 годин | 18 годин |
| Лекційні заняття | 4 години | 4 годин |
| Практичні заняття | 40 години | 14 годин |
| Семінарські заняття | - | - |
| Лабораторні заняття | - | - |
| Самостійна та індивідуальна робота | 46 годин | 72 години |
| Форма підсумкового контролю | Іспит | Іспит |

3. Статус дисципліни: обов'язковий освітній компонент професійної підготовки.

4. Передумови для вивчення дисципліни: Теорія і методика викладання рухливих ігор і забав; Історія фізичної культури; Теорія і методика викладання спортивних ігор; Фізіологія людини та фізіологічні основи фізичного виховання та спорту; Педагогіка; Теорія і методика фізичного виховання

5. Програмні компетентності навчання.

Вивчення обов'язкового освітнього компоненту професійної підготовки «Теорія і методика викладання легкої атлетики» дасть змогу поглибити у здобувачів вищої освіти формування таких компетентностей.

Загальні компетентності:

- *здатність до міжособистісної взаємодії, роботи в команді, спілкування з представниками інших професійних груп різного рівня (соціальна компетентність);*

- *здатність виявляти повагу та цінувати українську національну культуру, багатоманітність і мультикультурність у суспільстві;*

- *здатність до вияву національної культурної ідентичності, творчого самовираження (культурна компетентність).*

Спеціальні (професійні) компетентності:

- *здатність моделювати зміст уроків, інших форм фізичної культури відповідно до обов'язкових результатів навчання дітей в закладі загальної середньої освіти, а також здійснювати моніторинг результатів, ураховуючи вікові, статеві й індивідуальні особливості дітей (предметно-методична компетентність);*

- здатність володіти та практично реалізовувати педагогічні, медико-біологічні, інформаційні технології, спрямовані на формування у дітей вміння застосовувати набуті знання, базові й нові види рухової діяльності, що передбачені змістом фізичної культури в закладі загальної середньої освіти (навчальна компетентність);

- здатність володіти та практично реалізовувати педагогічні, медико-біологічні, інформаційні технології, спрямовані на розвиток фізичних (рухових), моральних, вольових якостей дітей під час реалізації різних форм фізичної культури в закладі загальної середньої освіти (розвивальна компетентність);

- здатність володіти і практично реалізовувати психолого-педагогічні технології, методики, що під час реалізації різних форм фізичної культури в закладі загальної середньої освіти сприяють формуванню в дітей позитивної самооцінки, я-ідентичності, мотивації до фізичної активності, критичного мислення у пов'язаних із нею питаннях та вміння організовувати відповідну пізнавальну діяльність (психологічна компетентність);

- здатність усвідомлювати особисті відчуття, почуття, емоції, керувати власними емоційними станами за допомогою засобів і методів фізичної культури, а також тактовно і конструктивно взаємодіяти з дітьми, іншими учасниками освітнього процесу у напрямі усвідомлення та поцінювання кожного як особистості під час реалізації різних форм фізичної культури в закладі загальної середньої освіти (емоційно-етична компетентність);

- здатність до рівноправної й особистісно орієнтованої взаємодії з дітьми під час реалізації різних форм фізичної культури в закладі загальної середньої освіти, у тому числі із залученням батьків на засадах партнерства для надання додаткової допомоги дітям і підтримки тих, хто має особливі освітні потреби (компетентність педагогічного партнерства);

- здатність організовувати безпечне освітнє середовище з навчального предмету в закладі загальної середньої освіти, використовуючи у різних формах фізичної культури сучасні здоров'язберезувальні технології, що передбачають профілактично-просвітницьку роботу з учнями, іншими учасниками освітнього процесу щодо культури здорового і безпечного життя, санітарії і гігієни, а також надання (у випадку необхідності) їм домедичної допомоги та збереження особистого здоров'я під час професійної діяльності (здоров'язберезувальна компетентність);

- здатність створювати умови для функціонування інклюзивного освітнього середовища під час реалізації в закладі загальної середньої освіти різних форм фізичної культури, яке передбачає педагогічну підтримку дітей із особливими освітніми потребами шляхом забезпечення сприятливих умов для реалізації їх фізичної активності (інклюзивна компетентність);

- здатність організовувати кожну визначену форму фізичної культури дітей в закладі загальної середньої освіти (урочну, позаурочні малі й масові спортивно-оздоровчі), а також організовувати діяльність дітей під час реалізації кожної такої форми та вести документацію, передбачену освітнім процесом із фізичної культури (організаційна компетентність);

- здатність прогнозувати результати фізичної культури дітей в закладі загальної середньої освіти протягом певного року навчання, враховуючи їхні вихідні дані, індивідуальні особливості, а протягом навчального семестру й чверті з урахуванням поставлених завдань і можливостей дітей (прогностична компетентність);

- здатність проектувати зміст уроків, позаурочних форм фізичної культури, виконуючи вимоги державного стандарту освіти та враховуючи освітні потреби і попередні результати розвитку та навчання дітей (проектувальна компетентність);

- здатність оцінювати результати фізичної культури за напрямом, що стосується розвитку фізичних якостей, навчання рухових дій, оволодіння теоретико-методичними знаннями; аналізувати одержані оцінки й забезпечувати самооцінювання за такими напрямками: розвиток фізичних (рухових) якостей, навчання рухових дій, формування теоретико-методичних знань, умінь (оцінювально-аналітична компетентність).

6. Очікувані результати навчання з дисципліни.

За результатами вивчення обов'язкового освітнього компоненту професійної підготовки «Теорія і методика викладання легкої атлетики» у здобувачів вищої освіти мають сформуватися такі програмні результати навчання:

- вміє застосовувати теоретичне моделювання при формуванні змісту уроків та інших форм фізичної культури дітей з урахуванням вікових особливостей, персональних здібностей, інтересів, потреб і мотивів;

- володіє та практично реалізує педагогічні, медико-біологічні, інформаційні технології для навчання дітей застосовувати набуті знання при реалізації базових і нових видів рухової діяльності, що передбачені змістом фізичної культури в закладі загальної середньої освіти;

- володіє та практично реалізує педагогічні, медико-біологічні, інформаційні технології для формування освіченості дітей у здійсненні розвитку фізичних (рухових), моральних, вольових якостей за допомогою засобів і методів фізичної культури;

- вміє орієнтуватись в інформаційному просторі фізичної культури, здійснювати пошук і критичний аналіз одержаної інформації, а також адекватно оперувати нею під час професійної діяльності; добирати електронні освітні ресурси, оцінювати їх ефективність для досягнення освітніх цілей відповідно до умов навчання, вікових особливостей, рівня підготовленості й потреб дітей;

- спроможний визначати завищену (занижену) самооцінку дітей для її подальшої корекції, створювати умови для формування позитивної мотивації під час визначених форм фізичної культури; застосовувати завдання, засоби, методи і навчальний матеріал, що забезпечують розвиток пізнавальної діяльності дітей щодо фізичної культури; використовувати технології розвитку в дітей критичного мислення та формування навичок рефлексії у питаннях із фізичної культури для розуміння себе, своїх цінностей, потреб, можливостей;

- застосовує механізми суб'єкт-суб'єктного підходу в практичній діяльності, вміння координувати і стимулювати навчально-пізнавальну діяльність дітей, підтримання їх прагнень до розкриття індивідуальних здібностей, можливостей і саморозвитку, в тому числі із залученням батьків на засадах партнерства для надання додаткової допомоги дітям та підтримки тих, хто має особливі освітні потреби;

- вміє створювати умови для функціонування інклюзивного освітнього середовища під час реалізації в закладі загальної середньої освіти різних форм фізичної культури, передусім забезпеченням сприятливих умов для реалізації фізичної активності дітей із особливими освітніми потребами;

- вміє використовувати набуті знання і рекомендації, інновації фахівців щодо організації різних форм фізичної культури та діяльності дітей під час їх реалізації в закладі загальної середньої освіти;

- знає вимоги до оформлення документації, основні закономірності побудови документів для забезпечення освітнього процесу та вміє практично застосувати такі знання;

- вміє враховувати вихідні дані й індивідуальні особливості дітей при прогнозуванні результатів фізичної культури на кожний рік навчання, а поставлені завдання і можливості дітей при прогнозуванні результатів на певний навчальний семестр і чверть.

За результатами вивчення обов'язкового освітнього компоненту професійної підготовки «Теорія і методика викладання легкої атлетики» здобувачі вищої освіти повинні **знати:** теорію та методику викладання вивчених методів легкої атлетики; теоретичний матеріал для вирішення завдань пов'язаних з визначенням навантаження на опорно-руховий апарат та інші системи органів людини, в процесі занять легкоатлетичними вправами; як формувати навички для проведення уроку та секційного заняття ЗНЗ; будівництво спортивних споруд для занять легкою атлетикою, їх обладнання, експлуатація та догляд; правила змагань з видів легкої атлетики.

Вміти: володіти методикою викладання легкої атлетики в ЗОШ; самостійно скласти навчальний план-графік з фізичної культури для класу на навчальний рік, тематичний план, робочий план з легкої атлетики для окремого класу в школі, конспект уроку; робити методичний розбір (аналіз) уроку з легкої атлетики; контролювати та навчити учнів самоконтролю за фізичним навантаженням на організм людини; скласти документацію для організації і проведення змагань з легкої атлетики в колективі фізкультури ЗОШ; судити змагання з різних видів легкої атлетики на посаді судді, рефері, головного секретаря, керівника змагань, тощо; провести ремонт, розмітку для занять та змагань бігової доріжки та секторів для стрибків і метань; підібрати та скласти комплекси підвідних вправ для навчання техніки видів легкої атлетики.

7. Засоби діагностики результатів навчання: завдання вхідного і поточного контролю, модульної контрольної роботи, залік, іспит.

8. Програма навчальної дисципліни:

Денна форма навчання

| Назви змістових модулів і тем | Кількість годин | | | | | |
|--|-----------------|------------------|-------------------|---------------------|---------------------|-------------------|
| | разом | у тому числі | | | | |
| | | лекційні заняття | практичні заняття | семінарські заняття | лабораторні заняття | самостійна робота |
| Змістовий модуль 1. | | | | | | |
| Тема лекції 1. Вступ до дисципліни «Теорія і методика викладання легкої атлетики». | | 2 | | | | 4 |
| Тема лекції 2. Основи техніки легкоатлетичних вправ. | | 2 | | | | 4 |
| Тема практичного заняття 1. Методика навчання техніки спортивної ходьби, метання малого м'яча. | | | 6 | | | 4 |
| Тема практичного заняття 2. Методика навчання техніки бігу на середні та довгі дистанції, метання гранати. | | | 4 | | | 4 |
| Тема практичного заняття 3. Методика навчання техніки кросового бігу. | | | 4 | | | 4 |
| Тема практичного заняття 4. Методика навчання техніки бігу на короткі дистанції, метання списа. | | | 10 | | | 6 |
| Тема практичного заняття 5. Методика навчання техніки естафетного бігу, стрибка у довжину з розбігу. | | | 8 | | | 6 |
| Тема практичного заняття 6. Методика навчання техніки стрибка у висоту. | | | 6 | | | 6 |
| Тема практичного заняття 7. Організація і проведення змагань з легкої атлетики. | | | 4 | | | 6 |
| | | | | | | |
| Разом за змістовим модулем 1 | 90 | 4 | 42 | | | 44 |
| Разом годин | 90 | 4 | 42 | | | 44 |

| Назви змістових модулів і тем | Кількість годин | | | | | |
|--|-----------------|------------------|-------------------|---------------------|---------------------|--|
| | разом | у тому числі | | | | |
| | | лекційні заняття | практичні заняття | семінарські заняття | лабораторні заняття | самостійна робота індивідуальна робота |
| Змістовий модуль 2. | | | | | | |
| Тема лекції 1. Особливості розвитку рухових здібностей юних легкоатлетів. | | 2 | | | 4 | |
| Тема лекції 2. Форми організації та методика проведення занять з легкої атлетики в ЗНЗ. | | 2 | | | 4 | |
| Тема практичного заняття 1. Легкоатлетичні метання - Штовхання ядра - Метання списа - Метання диска - Метання молота | | | 12 | | 8 | |
| Тема практичного заняття 2. Стрибок у висоту - способом «переступання» - способом «фосбері флоп» - способом «хвиля, перекат» | | | 6 | | 8 | |
| Тема практичного заняття 2. Стрибок у довжину - способом «прогнувшись» - способом «ножиці» | | | 8 | | 8 | |
| Тема практичного заняття 3. Бар'єрний біг - Біг на 100 та 110 м. з/б - Біг 400м. з/б | | | 6 | | 6 | |
| Тема практичного заняття 4. Біг 3000м. з перешкодами. | | | 4 | | 4 | |
| Тема практичного заняття 5. Багатоборство. | | | 4 | | 4 | |
| Разом за змістовим модулем 2 | 90 | 4 | 40 | | 46 | |
| Разом годин | 90 | 4 | 40 | | 46 | |

| Назви змістових модулів і тем | Кількість годин | | | | | |
|--|-----------------|------------------|-------------------|---------------------|---------------------|-------------------|
| | разом | у тому числі | | | | |
| | | лекційні заняття | практичні заняття | семінарські заняття | лабораторні заняття | самостійна робота |
| Змістовий модуль 3. | | | | | | |
| Тема лекції 1. Вступ до дисципліни «Теорія і методика викладання легкої атлетики». | | 2 | | | 4 | |
| Тема лекції 2. Основи техніки легкоатлетичних вправ. | | 2 | | | 6 | |
| Тема практичного заняття 1. Планування з легкої атлетики | | | 2 | | 6 | |
| Тема практичного заняття 2. Урок з легкої атлетики (проведення, рецензування) | | | 18 | | 8 | |
| Тема практичного заняття 3. Планування в спортивній секції з легкої атлетики (ДЮСШ) | | | 2 | | 6 | |
| Тема практичного заняття 4. Тренувальні заняття з легкої атлетики (проведення, рецензування) | | | 14 | | 6 | |
| Тема практичного заняття 5. Організація, суддівство та правила проведення змагань з легкої атлетики. | | | 4 | | 10 | |
| Разом за змістовим модулем 3 | 90 | 4 | 40 | | 46 | |
| Разом годин | 90 | 4 | 40 | | 46 | |

Заочна форма навчання

| Назви змістових модулів і тем | Кількість годин | | | | | |
|--|-----------------|------------------|-------------------|---------------------|---------------------|-------------------|
| | разом | у тому числі | | | | |
| | | лекційні заняття | практичні заняття | семінарські заняття | лабораторні заняття | самостійна робота |
| Змістовий модуль 1. | | | | | | |
| Тема лекції 1. Вступ до дисципліни «Теорія і методика викладання легкої атлетики». | | 2 | | | | 14 |
| Тема лекції 2. Основи техніки легкоатлетичних вправ. | | 2 | | | | 14 |
| Тема практичного заняття 1. Методика навчання техніки бігових видів: - Спортивна ходьба - Біг на середні дистанції - Біг короткі дистанції - Кросовий біг - Естафетний біг | | | 4 | | | 20 |
| Тема практичного заняття 2. Методика навчання техніки метань: - Метання малого м'яча - Метання гранати - Метання спису | | | 6 | | | 20 |
| Тема практичного заняття 3. Методика навчання техніки стрибків: - Способом «зігнувши ноги» - способом «прогнувшись» | | | 2 | | | 10 |
| Разом за змістовим модулем 3 | 90 | 2 | 12 | | | 78 |
| Разом годин | 90 | 2 | 12 | | | 78 |

| Назви змістових модулів і тем | Кількість годин | | | | | |
|--|-----------------|------------------|-------------------|---------------------|---------------------|-------------------|
| | разом | у тому числі | | | | |
| | | лекційні заняття | практичні заняття | семінарські заняття | лабораторні заняття | самостійна робота |
| Змістовий модуль 2. | | | | | | |
| Тема лекції 1. Особливості розвитку рухових здібностей юних легкоатлетів. | | 2 | | | | 14 |
| Тема лекції 2. Форми організації та методика проведення занять з легкої атлетики в ЗНЗ. | | 2 | | | | 12 |
| Тема практичного заняття 1. Легкоатлетичні метання - Метання диска - Метання молота | | | 4 | | | 10 |
| Тема практичного заняття 2. Стрибок у висоту - способом «переступання» - способом «фосбері флоп» - способом «хвиля, перекат» | | | 2 | | | 10 |
| Тема практичного заняття 2. Стрибок у довжину - способом «ножиці» | | | 2 | | | 10 |
| Тема практичного заняття 3. Бар'єрний біг - Біг на 100 та 110 м. з/б - Біг 400м. з/б | | | 2 | | | 10 |
| Тема практичного заняття 4. Біг 3000м. з перешкодами. | | | 2 | | | 8 |
| Разом за змістовим модулем 2 | 90 | 2 | 12 | | | 74 |
| Разом годин | 90 | 4 | 12 | | | 74 |

| Назви змістових модулів і тем | Кількість годин | | | | | |
|--|-----------------|------------------|-------------------|---------------------|---------------------|-------------------|
| | разом | у тому числі | | | | |
| | | лекційні заняття | практичні заняття | семінарські заняття | лабораторні заняття | самостійна робота |
| Змістовий модуль 3. | | | | | | |
| Тема лекції 1. Вступ до дисципліни «Теорія і методика викладання легкої атлетики». | | 2 | | | | 12 |
| Тема лекції 2. Основи техніки легкоатлетичних вправ. | | 2 | | | | 12 |
| Тема практичного заняття 1. Планування з легкої атлетики | | | 2 | | | 10 |
| Тема практичного заняття 2. Урок з легкої атлетики (проведення, рецензування) | | | 2 | | | 10 |
| Тема практичного заняття 3. Планування в спортивній секції з легкої атлетики (ДЮСШ) | | | 2 | | | 10 |
| Тема практичного заняття 4. Тренувальні заняття з легкої атлетики (проведення, рецензування) | | | 3 | | | 8 |
| Тема практичного заняття 5. Організація, суддівство та правила проведення змагань з легкої атлетики. | | | 3 | | | 10 |
| Разом за змістовим модулем 3 | 90 | 4 | 14 | | | 72 |
| Разом годин | 90 | 4 | 14 | | | 72 |

9. Форми поточного та підсумкового контролю – залік, іспит.

10. Критерії оцінювання результатів навчання

Змістовий модуль 1

| Поточний контроль 70 балів | | Сума |
|----------------------------|----------|-----------|
| Практичні заняття | МКР | 100 балів |
| ЗМ 1 | | |
| 70 балів | 30 балів | |

Змістовий модуль 2

| Поточний контроль 70 балів | | Сума |
|----------------------------|----------|-----------|
| Практичні заняття | МКР | 100 балів |
| ЗМ 1 | | |
| 70 балів | 30 балів | |

Змістовий модуль 3

| Поточний контроль 40 балів | | Іспит | Сума |
|----------------------------|----------|----------|-----------|
| Практичні заняття | МКР | 40 балів | 100 балів |
| ЗМ 1 | | | |
| 40 балів | 20 балів | | |

Поточний контроль

Максимальний бал оцінки поточної успішності здобувачів вищої освіти на навчальних заняттях рівний 12-ти.

ТАБЛИЦЯ ВІДПОВІДНОСТІ РЕЗУЛЬТАТІВ КОНТРОЛЮ ЗНАНЬ ЗА РІЗНИМИ ШКАЛАМИ І КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

| Сума балів за 100-бальною шкалою | Оцінка в ECTS | Значення оцінки ECTS | Критерії оцінювання теоретичної підготовки | Рівень компетентності | Оцінка за національною шкалою |
|----------------------------------|---------------|---|--|---------------------------------------|-------------------------------|
| | | | | | Диференційований залік |
| 90-100 | A | відмінно | Студент виявляє особливі творчі здібності, вміє самостійно здобувати знання, без допомоги викладача знаходить та опрацює необхідну інформацію, вміє використовувати набуті знання і вміння для прийняття рішень у нестандартних ситуаціях, переконливо аргументує свої відповіді, самостійно розкриває власні обдарування і нахили | Високий (творчий) | відмінно |
| 82-89 | B | дуже добре | Студент вільно володіє вивченим обсягом матеріалу, застосовує його на практиці, вільно розв'язує справи і задачі у стандартних ситуаціях, самостійно виправляє допущені помилки, кількість яких незначна | Достатній (конструктивно-варіативний) | добре |
| 75-81 | C | добре | Студент вміє зіставляти, узагальнювати, систематизувати інформацію під керівництвом викладача; в цілому самостійно застосовує її на практиці; контролювати власну діяльність; виправляти помилки, серед яких є суттєві, добирати аргументи для підтвердження своїх думок | | |
| 67-74 | D | задовільно | Студент відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння основних положень; з допомогою викладача може аналізувати навчальний матеріал, виправляти помилки, серед яких є значна кількість суттєвих | Середній (репродуктивний) | задовільно |
| 60-66 | E | достатньо | Студент володіє навчальним матеріалом на рівні, вищому за початковий, значну частину його відтворює на репродуктивному рівні | | |
| 35-59 | FX | задовільно, з можливістю повторного складання семестрового контролю | Студент володіє матеріалом на рівні окремих фрагментів, що становлять незначну частину навчального матеріалу | Низький (рецептивно-продуктивний) | незадовільно |
| 1-34 | F | Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням залікового кредиту | Студент володіє матеріалом на рівні елементарного розпізнання і відтворення окремих фактів, елементів, об'єктів | | |

Якщо студент не відпрацював пропущені навчальні заняття, не виправив оцінки 0,1,2,3, отримані на навчальних заняттях, не виконав модульні контрольні роботи (МКР), завдання самостійної роботи менше ніж на 60% від максимальної кількості балів, виділених на ці види робіт, він вважається таким, що має академічну заборгованість за результатами поточного контролю.

Пропущені заняття студент має обов'язково відпрацювати. За відпрацьовані лекційні заняття оцінки не ставляться, за практичні, практично-семінарські, нараховуються бали середнього (4, 5, 6), достатнього (7, 8, 9) та високого рівня (10, 11, 12).

Студенту, який не виконав поточних домашніх завдань, не підготувався до навчальних занять, в журнал обліку роботи академічної групи ставиться 0 балів.

Студент, знання, уміння і навички якого на навчальних заняттях за 12-бальною шкалою оцінено від 1 до 3 балів, вважається таким, що недостатньо підготувався до цих занять і має академічну заборгованість за результатами поточного контролю. Поточну заборгованість, пов'язану з невідповідністю або недостатньою підготовленістю до навчальних занять, студент повинен ліквідувати. За ліквідацію поточної заборгованості нараховуються бали середнього (4, 5, 6), достатнього (7, 8, 9) та високого рівня (10, 11, 12).

Самостійна робота

Контроль за самостійною роботою відбувається на практичних заняттях, за 12-ю системою оцінювання.

Модульна контрольна

Змістові модулі завершуються написанням модульної контрольної роботи.

Мета її написання – виявити рівень теоретичних знань та практичних умінь і навичок здобувачів вищої освіти.

Виконується у письмовій формі. До її написання допускаються усі студенти. Позитивну оцінку за МКР не рекомендується покращувати. Невиконання МКР оцінюється 0 балів.

Студенти, які за результатами виконання модульних контрольних робіт отримали рейтинговий бал менший 60 % від максимальної кількості балів, виділених на цей вид роботи, а також ті, що не з'явилися для виконання або не виконали завдань, вважаються такими, що мають академічну заборгованість за результатами поточного контролю, ліквідація якої є обов'язковою.

З дисципліни студенти пишуть одну модульну контрольну роботу, яка виконується у письмовій формі, складається з 5-ти варіантів у кожному варіанті по чотири питання (три питання теоретичного плану та одне розрахункове завдання) За повну й вірну відповідь на кожне теоретичне питання можна отримати 5 балів, за вирішене розрахункове завдання – 5 балів.

Семестровий екзамен (40 балів)

Білет іспиту складається з двох теоретичних питань та розрахункового завдання

Питання екзаменаційного білета оцінюються відповідно до таких критеріїв:

| Оцінка | Вимоги |
|-----------------------|--|
| «Відмінно» | Здобувач вищої освіти виявляє глибокі фундаментальні теоретичні знання, повно викладає вивчений матеріал, виявляє розуміння предмета висловлювання, розуміє можливість різних тлумачень однієї і тієї ж проблеми, вміє оцінювати аргументи для її доведення, формулює своє бачення проблеми, виявляє розуміння матеріалу, може обґрунтовувати свої судження, застосовувати знання на практиці у нестандартних ситуаціях, наводити необхідні приклади, викладає матеріал логічно, послідовно, вживає мовні засоби відповідно до норм української літературної мови. |
| «Добре» | Якщо відповідь студента відповідає тим самим вимогам, що і для оцінки „відмінно”, але при цьому студент допускає 1-2 помилки, які сам виправляє, і 1-2 недоліки в послідовності викладу матеріалу та мовному оформленні висловлювання. Студент вміє наводити власні приклади на підтвердження нових думок, може застосовувати вивчений матеріал у стандартних та дещо змінених ситуаціях. |
| «Задовільно» | Якщо студент виявляє знання і розуміння основних положень предмета, але викладає матеріал неповно і допускає неточності у визначенні понять; не вміє досить глибоко і доказово обґрунтовувати свої судження і наводити приклади; не в змозі захистити проект побудови системи роботи з певних тем дисципліни; викладає матеріал непослідовно і допускає помилки в мовному оформленні викладу. |
| «Незадовільно» | Якщо студент виявляє незнання більшої частини вивченого матеріалу, не володіє методичним апаратом, допускає помилки у формулюванні понять, які спотворюють їх зміст, не вміє самостійно побудувати систему вивчення певних тем, хаотично і невпевнено викладає матеріал. Студент неспроможний виконати стандартні завдання навіть після навідних питань викладача. |

Оцінювання іспиту:

40 – 35 балів «відмінно»;

34 – 29 балів – «добре»;

28 – 24 бали – «задовільно»

23 бали і менше – «незадовільно» (студенту виставляється –1 бал).

Студенти, які мають академічну заборгованість за результатами поточного контролю, не допускаються до іспиту. Вони допускаються до іспиту після ліквідації академічної заборгованості за результатами поточного контролю. Вважається, що студент підготувався до іспиту, якщо рейтингова

оцінка за його результатом більша або дорівнює 24 балам. Студентам, які за іспит отримали незадовільну оцінку, дозволяється ліквідувати академічну заборгованість після належної підготовки. Ліквідація академічної заборгованості за результатами семестрового контролю дозволяється до початку наступного семестру в час, визначений графіком ліквідації академічної заборгованості, та допускається не більше двох разів з навчальної дисципліни: один раз викладачеві, другий – комісії, яка створюється за розпорядженням декана факультету. Якщо студент ліквідує академічну заборгованість на засіданні комісії, яка створюється за розпорядженням декана факультету, його відповідь оцінюється за 100-бальною шкалою без урахування результатів поточної успішності.

Оцінювання навчальних досягнень студентів з навчальної дисципліни здійснюється відповідно до Таблиці відповідності шкал оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти:

Таблиця відповідності шкал оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти

| Рейтингова оцінка з навчальної дисципліни | Оцінка за шкалою ECTS | Рекомендовані системою ECTS статистичні значення (у %) | Екзаменаційна оцінка за національною шкалою | Національна залікова оцінка |
|---|---|--|---|-----------------------------|
| 90-100 і більше | A (відмінно) | 10 | відмінно | зараховано |
| 82-89 | B (дуже добре) | 25 | добре | |
| 75-81 | C (добре) | 30 | задовільно | |
| 67-74 | D (задовільно) | 25 | | |
| 60-66 | E (достатньо) | 10 | | |
| 35-59 | FX (незадовільно з можливістю повторного складання) | | незадовільно | не зараховано |

Визнання результатів неформальної та (або) інформальної освіти.

У випадку, якщо здобувач освіти отримав знання у неформальній та інформальній освіті, зарахування результатів навчання здійснюється згідно Положення про визнання результатів навчання, отриманих у формальній, неформальній та/або інформальній освіті у Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка ([Порядок визнання результатів навчання здобувачів вищої освіти, отриманих шляхом здобуття неформальної/інформальної освіти в Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка](#)), зокрема, якщо їх тематика відповідає змісту навчальної дисципліни (окремій темі або змістовому модулю).

В неформальній освіті:

- закінчення професійних курсів, семінарів або тренінгів, тематика яких відповідає змісту навчальної дисципліни (окремій темі або змістовому модулю);
- підготовка конкурсної наукової роботи;
- призове місце на Всеукраїнському конкурсі студентських наукових робіт;

- призове місце на Всеукраїнській студентській олімпіаді
- отримання сертифікату судді 1-ї, 2-ї або національної категорії у своєму виді спорту або суміжних видах.

В інформальній освіті:

- наявність наукової публікації;
- волонтерська діяльність;
- підготовка школярів-призерів інтелектуальних та творчих конкурсів з фізичної культури та спорту, дитячих змагань різного рівня;
- наявність особистих спортивних досягнень (переможці, призери Чемпіонатів Світу, Європи, України, діючий МСМК, МС, КМС, I розряд).

Самостійна робота

Передбачає виконання наступного:

- самостійне опрацювання лекційного матеріалу та науково-методичної літератури за темою лекції;
- вивчення окремих питань, які не розглядаються в лекційному курсі;
- аналітичний огляд науково-методичної літератури, знаходження необхідної літератури з додаткових джерел інформації (Інтернет, соцмережі, освітні платформи), конспектування, виокремлення головного;
- аргументоване висловлювання власної думки на основі отриманої інформації;
- систематизація матеріалу, узагальнення, висновки;
- підготовка рефератів;
- підготовка слайдів та відеоматеріалів.

Контроль за самостійною роботою відбувається на практичних заняттях та під час відповідей МКР.

Під час самостійної роботи здобувачі вищої освіти аналізують та вивчають:

- теоретичний матеріал щодо обов'язкових результатів навчання та компетентностей здобувачів освіти;
- критерії, за якими визначається індивідуалізація в процесі фізичного виховання;
- системи ФВ, що існували в різні історичні періоди;
- особливості викладання фізичної культури в закладах загальної середньої освіти у 2021/2022 навчальному році;
- схеми класифікації засобів фізичного виховання;
- критерії (показники) за якими визначається доступність навантаження і рухових завдань у фізичному вихованні;
- типову освітню програму з фізичної культури Савченко О
- типову освітню програму Цимбалару А. «На крилах успіху» з фізичної культури;
- зміст програм занять спеціально медичних груп;
- функціональні проби для оцінки стану здоров'я та фізичної підготовленості здобувачів освіти на заняттях з фізичної культури.

- зміст Рекомендацій щодо стратегічного розвитку фізичного виховання та спортивної підготовки серед учнівської молоді на період до 2025 року;

- зміст Рекомендацій Європейського Парламенту та Ради Європи щодо формування ключових компетентностей освіти впродовж життя.

Здобувачі вищої освіти опрацьовують та надають у вигляді реферату такі документальні джерела:

- Закон України «Про фізичну культуру і спорт». Методичні рекомендації: вказати рік виходу Закону, його повну назву, кількість розділів і статей. Дати коротку характеристику кожного розділу.

- Закони України «Про освіту». Методичні рекомендації: вказати рік виходу Закону, його повну назву, кількість розділів і статей. Дати коротку характеристику кожного розділу.

- «Про повну загальну середню освіту». В рефераті необхідно вказати рік, кількість розділів і статей. Написати назву розділу й охарактеризувати всі статті, які входять до цього розділу.

- «Постанови у сфері фізичної культури і спорту». Постанови розглядати починаючи з 1925 року і по теперішній час. Зазначити рік виходу постанови, назву, мету, основні завдання, шляхи і способи розв'язання проблеми.

Для активізації пізнавальної діяльності здобувачів освіти в контексті інформальної освіти запропоновано проходження навчальних курсів з циклу Нова фізична культура на платформі Prometheus

Prometheus — український громадський проєкт масових відкритих онлайн-курсів, <https://prometheus.org.ua>

Courséra — технологічна компанія, що працює в галузі освіти <https://coursera.org>)

11. Інструменти, обладнання та програмне забезпечення, використання яких передбачає навчальна дисципліна.

Викладання освітнього компоненту потребує наявності ноутбуку як мінімум для викладача, мобільних пристроїв у здобувачів вищої освіти з підключенням до Інтернету, для комунікації у зовнішньому орієнтованому динамічному середовищі Moodle:

- виконання тестових завдань для поточного контролю;
- виконання завдань самостійної роботи;
- виконання домашніх завдань.

12. Рекомендована література

Рекомендована література

а) Базова

1. Гужаловский А.А. Развитие двигательных качеств у школьников / Гужаловский А.А. – Минск: Нар. освіта, 1998. – 88 с.

2. Гурман Л.Д., Ліщук В.В. Легка атлетика: Методика викладання: Навчально-методичний посібник / Гурман Л.Д. – Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський державний університет, редакційно-видавничий відділ, 2006. – 148 с.
3. Гурман Л.Д. Легка атлетика: Методика викладання: Навчально-методичний посібник / Гурман Л.Д., Ліщук В.В. – Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський державний університет, редакційно-видавничий відділ, 2006. – 148 с.
4. Гурман Л.Д. Метання диска (техніка, методика навчання): Методичні рекомендації / Гурман Л.Д., Ковальчук М.М., Гоншовський В.М. – Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет, 2008. – 34 с.
5. Гурман Л.Д. Організація і проведення змагань з легкої атлетики в загальноосвітній школі: Методичний посібник / Гурман Л.Д., Ковальчук М.М., Гоншовський В.М. – Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський державний університет, редакційно-видавничий відділ, 2007. – 39 с.
6. Державна програма розвитку фізкультури і спорту в Україні К.: 1994. – 26 с.
7. Державні тести і нормативи оцінки фізичної підготовленості населення України. /За ред. М.Д.Зубалія. – К.: 1997. – 36 с.
8. Заціорский В.М. Основы спортивной метрологии / Заціорский В.М. – М.: Физ. и спорт, 1997. – 112 с.
9. Зимкин Н.Б. Физиологическая характеристика силы, быстроты и выносливости / Зимкин Н.Б. – М.: Физ. и спорт, 1996. – 206 с.
10. Концепція національної системи фізичного виховання дітей, учнівської і студентської молоді України. – К., 1994. – 32 с.
11. Кращі легкоатлети України, Європи та світу. – К.: ФЛАУ, 2001. – 42 с.
12. Кузнецов В.С., Холодов Ж.К. Легкая атлетика на уроках физической культуры в общеобразовательной школе / Кузнецов В.С. – М.: ГЦОЛИФК, 1999. – 87 с.
13. Коробченко В.В. Легка атлетика / Коробченко В.В. – К.: Вища шк., 2004. – 224 с.
14. Легкая атлетика. /Под ред. Н.Г. Озолина и др. – М.: Физ. и спор, 1999. – 671 с.
15. Максименко Г.Н. Спортивно-педагогічне вдосконалення (легка атлетика) / Максименко Г.Н. – К.: Вища шк., 1992. – 294 с.
16. Матвеев Л.П. Теория и методика физического воспитания / Матвеев Л.П. – М.: Физ. и спорт, 1996. – 480 с.
17. Международные правила соревнований по легкой атлетике. / Сост. А.М.Кузнецов, Ю.Н.Тумасов. – К., 1994. – 188 с.
18. Методика обучения легкоатлетическим упражнениям / Под ред. М.П.Кривоносова и др. – Минск: Высш. шк., 1996. – 312 с.
19. Накутний Л.Д. Ігри в легкій атлетиці / Накутний Л.Д. – К.: Здоров'я, 1994. – 142 с.

20. Основы управления подготовкой юных спортсменов / Под ред. М.Я.Набатниковой. – М.: Физ. и спорт, 1992. – 278 с.
21. Организация и судейство соревнований по легкой атлетике. / Сост. В.И.Ляхов. – М.: Физ. и спорт, 1999. – 336 с. ф
22. Плахтій П.Д. Тестування, оцінка та корекція функціонального стану школярів / Плахтій П.Д. – Кам'янець-Подільський, 1996. – 107 с.
23. Приступа Є.Н. Народна фізична культура українців / Приступа Є.Н. – Львів, Уса, 1995. – 254 с.
24. Програми для загальноосвітніх навчальних закладів. Фізична культура. I-XI класи. – К.: Перун, 1998. – 63 с.
25. Стрыжак А.П. Прыжок в высоту / Стрыжак А.П. – М.: Физ. и спорт, 1997. – 80 с.
26. Таблицы оценки результатов по легкой атлетике / Сост. А.С.Полосин, А.А.Ушаков. – М.: Физ. и спорт, 1996. – 698 с.
27. Тімошенко Б.М. Шість факторів спринта. / Тімошенко Б.М. – Легка атлетика. – 1989. - № 2.
28. Уткин В.Л. Биомеханика физических упражнений / Уткин В.Л. – М.: Просвещение, 1999. – 210 с.
29. Цвек С. Планування навчально-виховного процесу з фізичної культури // Фізичне виховання в школі / Цвек С. – 1996. - № 2. – 1997. - № 2 і 3.
30. Шиян Б.М. Методика фізичного виховання школярів / Шиян Б.М. – Львів: Світ, 1993. – 184 с.
31. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Шиян Б.М. – Тернопіль: Нова книга, 2001.

б) Допоміжна

1. Бернштейн Н.А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности / Бернштейн Н.А. – М.: Медицина, 1996. – 166 с.
2. Вайзер С.Р. Эстафеты на уроках легкой атлетики // Физ. культура в школе. – 1988. - № 5.
3. Дмитрусенко О., Фанталис А. Метание копья: современная техника // Легкая атлетика. – 1996. - № 6.
4. Зеленцова Т., Коробов А. Барьерные упражнения в тренировке легкоатлетов // Легкая атлетика. – 1997. - № 7.
5. Иванов Н.Д. Обучение метанию молота мяча V-VIII классы // Физкультура в школе. – 1995. - № 4, 7, 8, 9.
6. Иванов Н.Д. Толкание ядра и метание диска // Легкая атлетика. – 1986. - № 5.
7. Карпюк Ю.И. Соревнование по легкой атлетике. / Карпюк Ю.И. – К.: Здоровье, 1993. – 38 с.
8. Ковальчук М.М. Метання на уроках фізкультури в I-IX класах ЗОШ / Ковальчук М.М. – Кам'янець-Подільський, 1998. – 38 с.
9. Комарова А. Тренировочные нагрузки юных метателей // Легкая атлетика. – 1994. - № 12.

- 10.Кравцов И., Таранов В. Тренажеры для прыжков в высоту. // Легкая атлетика. – 1982. - № 11.
- 11.Кузнецов В.В. и др. Бег на средние и длинные дистанции: Методы отбора и прогнозирования // Легкая атлетика. – 1994. - № 5. – с. 4-6.
- 12.Курбатов В. Прыжок в длину (упражнения для обучения технике движений) // Легкая атлетика – 1992. - № 11.
- 13.Максюта С.П., Балугев П.Н. Развитие выносливости на уроках в V-VIII классах // Физ. культура в школе. – 1998. - № 5.
- 14.Методика физического воспитания школьников / Под ред. Г.Б. Мейксона. – М.: Просвещение, 1999.
- 15.Никонов И. Прыжок с шестом: современная техника // Легкая атлетика. – 1987. - № 12.
- 16.Озолин Э.С. Спринтерский бег / Озолин Э.С. – М.: Физ. и спорт, 1996. – 159 с.
- 17.Петровский В.В. Бег на короткие дистанции / Петровский В.В. – М.: Физ. и спорт, 1997. – 80 с.
- 18.Рудерман Г., Комаров А. Отбор юных метателей // Легкая атлетика. – 1993. - № 14.

13. Інформаційні ресурси

1. <http://www.rusathletics.com/>
2. <http://uaf.org.ua/>
3. <http://runners.ru/>
4. <http://mir-la.com/>
5. <http://athletics-sport.info/>
6. <http://www.trackandfield.ru/>