

Відокремлений підрозділ «Лисичанський педагогічний коледж
Луганського національного університету імені Тараса Шевченка»

Циклова комісія фізичного виховання

ЗАТВЕРДЖЕНО

Директор ВП «Лисичанський педагогічний коледж ЛНУ імені Тараса Шевченка»

Г.М.Міненко

«_____» _____ 2018 року

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Спортивно-педагогічне вдосконалення

Галузь знань 01 Освіта/Педагогіка

спеціальність 014.11 Середня освіта (фізична культура)

2016-2021 р.р.

Робоча програма з навчальної дисципліни Спортивно-педагогічне вдосконалення для студентів галузі знань 01 Освіта/Педагогіка спеціальності 014.11 Середня освіта (фізична культура)

Розробник: викладач циклової комісії фізичного виховання Крошка С.А.

Робоча програма затверджена на засіданні предметної (циклової) комісії фізичного виховання

Протокол № 1 від "29" серпня 2018 року

Голова циклової комісії фізичного виховання _____ С. А. Крошка

"29" серпня 2018 року

Схвалено навчально-методичною радою ВП «Лисичанський педагогічний коледж Луганського національного університету імені Тараса Шевченка» за спеціальністю 014.11 «Середня освіта (фізична культура)»

Протокол № 1 від "28" серпня 2018 року

"28" серпня 2018 року

Голова _____ (Л.Ю. Тарарива)

Завідувач НМК _____ Л.В.Сергієнко

вересень, 2016 рік
червень, 2021 рік

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни
		денна форма навчання
Кількість кредитів - 12	галузі знань 01 Освіта/Педагогіка	Рік підготовки: 3-4
Модулів – 4		
Змістових модулів – 10	Спеціальність <u>014.11</u> <u>Середня освіта (фізична культура)</u>	
Загальна кількість годин: 360		
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних: 5-й семестр – 2 6-й семестр – 2 7 семестр – 2 8 семестр – 2	Освітньо-кваліфікаційний рівень: «молодший спеціаліст»	Семестр
		5-8-й
		Лекції
		16 год.
		Практичні, семінарські
		114 год.
		Лабораторні
		0 год.
		Самостійна робота
		230 год.
Індивідуальні завдання:		
0 год		
		Вид підсумкового контролю: 7-й семестр – залік 8-й семестр - екзамен

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета: формування цілісної системи теоретичних і методичних знань, практичних умінь проведення комплексів ЗРВ та надання допомоги викладачеві в організації навчально-тренувального процесу; розвиток професійного мислення та професійно значущих особистісних якостей.

Завдання

- враховувати найсприятливіші вікові та анатомо-фізіологічні періоди розвитку організму;
- розкривати значення занять фізичними вправами для здоров'я;
- розвивати основні фізичні якості та рухові здібності;
- формувати вміння і навички здорового способу життя, проведення корисного дозвілля та активного відпочинку;
- формувати знання, вміння і навички дотримання особистої гігієни, загартування організму, профілактики захворювань, запобігання травматизму, дотримання правил техніки безпеки;
- розвивати вміння і навички використання фізичних вправ для запобігання порушення постави та зняття втоми учнів.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент **оволодіває знаннями**

1. Техніку видів легкої атлетики, що вивчаються
2. Методику початкового навчання легкоатлетичним вправам
3. Основи методики спортивного тренування легкоатлетів
4. Методику проведення уроку з легкої атлетики у школі, ДЮСШ, дитячих таборах
5. Методику планування навчального матеріалу з легкої атлетики у школах та ДЮСШ.
6. Теоретичні навички користування у професійній діяльності вивченим матеріалом
7. Засоби збереження, зміцнення здоров'я студентів, їх фізичного та спортивного вдосконалення
8. Правила змагань з легкої атлетики
9. Гігієнічне використання ЗРВ на заняттях ФК
10. Правила написання планів-конспектів

Оволодіває компетентностями

1. Самостійно показати і навчити виконувати основні легкоатлетичні вправи, планувати навчальний матеріал з легкої атлетики у школі, ДЮСШ, дитячих таборах відпочинку
2. Розробити план-конспект заняття з легкої атлетики, самостійно проводити заняття з легкої атлетики, організувати та проводити змагання з легкої атлетики серед учнів загальноосвітніх шкіл
3. Володіти психолого-педагогічними методами досліджень під час проведення уроку (педагогічний нагляд, психологічне тестування, педагогічний експеримент).
4. Планувати об'єми, інтенсивність фізичних вправ з урахуванням розумового навантаження
5. Застосовувати пульсовий режим раціонального тренувального навантаження для осіб різного віку
6. Уміти володіти голосом, одночасно розказувати, показувати
7. Методично правильно провести урок ФК, вибрати інвентар та місце проведення

Мета навчальної дисципліни:

- формування цілісної системи теоретичних і методичних знань, практичних умінь і навичок проведення різних форм занять баскетболом; розвиток професійного мислення та професійно значущих особистісних якостей.

Завдання навчальної дисципліни:

- познайомити студентів з питаннями удосконалення техніко-тактичної майстерності і фізичної підготовленості; психічної підготовки спортсменів;
- навчити проводити тренувальні заняття з баскетболу;
- повторити та удосконалити зміст техніко-тактичної підготовки, індивідуальної і командної взаємодії
- забезпечити навчання студента за індивідуальним навчальним планом;
- організувати процес оволодіння студентами змістовими модулями із використанням методів і принципів навчального предмету;
- здійснювати моніторинг і об'єктивність оцінювання знань студентів з навчальної програми;
- розвивати творче мислення студентів;
- навчити студентів користуватися спортивною термінологією.

До закінчення курсу студенти оволодівають знаннями

- загальні основи технічної і тактичної підготовки, зміст програми;
- правила гри у баскетбол, жести суддів;
- методику проведення навчальних занять для різних вікових груп;
- основи технічної і тактичної підготовки, зміст програми, та нормативних документів;
- виховні, оздоровчі та освітні завдання занять самозахистом.

Студенти оволодівають компетентностями

- застосовувати на практиці знання, вміння грати у баскетбол;
- вміти застосовувати на практиці різноманітні форми проведення уроків фізичної культури;
- вміти імпровізувати як у грі так і у навчанні гри в баскетбол;
- вміти робити аналіз проведення уроку;
- проводити хронометраж уроку;

вміти робити аналіз виконаних вправ та ефективність їх виконання.

3. Програма навчальної дисципліни

5 семестр

Модуль 1

Змістовий модуль 1

Тема 1. Історичний обзор розвитку легкої атлетики. ПТБ

Тема 2. Класифікація і загальна характеристика легкоатлетичних вправ

Тема 3. Принципи підготовки легкоатлета. Різновиди підготовки

Тема 4. Легка атлетика в програмі фізичного виховання школярів

Тема 5-6. Структура заняття з легкої атлетики

Контроль змістового модуля 1

Змістовий модуль 2

Тема 7. Загальні і спеціальні вправи для розвитку фізичних якостей (сили, швидкості, спритності, гнучкості) та оволодіння технікою видів легкої атлетики

Тема 8. Закріплення техніки бігу на середні дистанції. ЗФП -Л/А

Тема 9. Залікові вимоги: Біг - 100м.Ю.

Залікові вимоги: Біг - 100м. Д.

Тема 10. Залікові вимоги: Біг - 2000м.Ю.

Залікові вимоги: Біг - 1000м. Д.

Тема 11. Контроль змістового модуля

Змістовий модуль 3

Тема 12. Методика навчання техніці бігу на короткі дистанції. ПТБ

Тема 13. Чинники, що впливають на результат. Типові помилки при навчанні техніці бігу на короткі дистанції

Тема 14-15. Спеціальна витривалість бігунів на 100-200м.

Тема 16. Старт, стартовий розгін, фінішування. 100 м.

Тема 17. Низький старт, розгін, фінішування. Здача залікових нормативів – 100м.

Тема 18. Контроль змістового модуля

6 семестр

Змістовий модуль 4

Тема 1. Стрибок у довжину. Політ, приземлення. Спеціальні вправи стрибунів. ПТБ

Тема 2. Техніка стрибка у висоту способом «переступання»

Тема 3. Техніка стрибка у висоту способом «фостбері-флоп»

Тема 4. Здача залікових нормативів – стрибок у висоту обраним способом

Тема 5. Контроль змістового модуля

Змістовий модуль 5

Тема 6. Методика навчання потрійного стрибка

Тема 7. Навчання стрибка з жердиною

Тема 8. Техніка виконання потрійного стрибка. Спеціальні вправи стрибунів

Тема 9. Розбіг, відштовхування, кроки, скік.

Тема 10. Стрибок у довжину з розбігу. 100м. Передача естафетної палички

Тема 11. Біг з бар'єрами. Передача естафетної палички. 1000м.

Тема 12. 400м з бар'єрами. 4x100м. Стрибок у висоту.

Тема 13. Здача залікових нормативів – 100м, 400м, 1000м.

Контроль змістового модуля

Змістовий модуль 6

Тема 14. Фальшстарт. Спортивна ходьба. Біг на короткі дистанції

Тема 15. Стрибки у висоту. Дріботливий біг. Хлдьба 1000м.

Тема 16. Здача залікових нормативів: ходьба 1000м

Тема 17. Демонстрація на оцінку елементів техніки бігу.

Тема 18. Виконання контрольних нормативів: потрійний стрибок, у довжину з місця, у довжину з розбігу

Тема 19. Контроль змістового модуля

7-8 семестр**Змістовий модуль**

Тема 1. Інструктаж з ТБ. Загальні правила та характер гри

Тема 2. Послідовність навчання техніки кидка. Дії гравця в команді

Тема 3. Удосконалення фізичної, інтелектуальної, психологічної майстерності баскетболістів

Тема 4. Розвиток швидкісно-силових якостей гравця. Профілактика травм

Тема 5. Баскетбольна термінологія: правила, запис

Тема 6. Техніка нападу: переміщення, передачі м'яча

Тема 7. Техніка ведення м'яча; техніка пересування гравця. Навчальна гра

Тема 8. Техніка передачі м'яча - ловіння обома руками. Техніка передачі однією рукою. Навчальна гра

Контроль змістового модуля

Змістовий модуль

Тема 9. Техніка виконання зупинки, поворотів. Двостороння 5гра

Тема 10. Техніка штрафного кидка; подвійного кроку

Тема 11-12. Техніка кидка мяча у стрибку. Ловіння м'яча з півльоту

Тема 13. Техніка передачі м'яча у парах в русі. Техніка передачі м'яча в трійках

Тема 14. Техніка ведіння м'яча з переводом за спиною. Виконання фінтів

Тема 15. Здача залікових нормативів

Контроль змістового модуля

Змістовий модуль

Тема 1. Загальні основи тактики гри у баскетбол. Техніка безпеки на заняттях

Тема 2-3. Особливості баскетбольної термінології та суддівства

Тема 4-5. Тактика захисту: індивідуальні тактичні дії

Тема 6. Перехід від нападу в захист

Тема 7. Особистий захист (пресинг)

Тема 8. Зонний захист. Забезпечення страхування тилу

Змістовий модуль

Тема 9. Організація варіантів зонного захисту

Тема 10. Особистий захист – концентрований, розосереджений, на своїй половині майданчика

Тема 11. Взаємодія гравців і пересування

Тема 12. Гра під щитом. Трьохсекундна зона

Тема 13. Виконання контрольних нормативів

4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин					
	денна форма					
	усього	у тому числі				
		л	п	лаб	інд	с.р.
1	2	3	4	5	6	7
5 семестр						
Модуль 1						
Змістовий модуль 1						
Тема 1. Історичний обзор розвитку легкої атлетики. ПТБ	7	2				5
Тема 2. Класифікація і загальна характеристика легкоатлетичних вправ	7	2				5
Тема 3. Принципи підготовки легкоатлета. Різновиди підготовки	7	2				5
Тема 4. Легка атлетика в програмі фізичного виховання школярів	7	2				5
Тема 5-6. Структура заняття з легкої атлетики <i>Контроль змістового модуля</i>	4		4			
Разом за змістовим модулем	32	8	4			20
Змістовий модуль 2						
Тема 7. Загальні і спеціальні вправи для розвитку фізичних якостей (сили, швидкості, спритності, гнучкості) та оволодіння технікою видів легкої атлетики	7		2			5
Тема 8. Закріплення техніки бігу на середні дистанції. ЗФП -Л/А	7		2			5
Тема 9. Залікові вимоги: Біг - 100м.Ю. Залікові вимоги: Біг - 100м. Д.	7		2			5
Тема 10. Залікові вимоги: Біг - 2000м.Ю. Залікові вимоги: Біг - 1000м. Д.	7		2			5
Тема 11. <i>Контроль змістового модуля</i>	2		2			
Разом за змістовим модулем	30		10			20
Змістовий модуль 3						
Тема 12. Методика навчання техніці бігу на короткі дистанції. ПТБ	7		2			5
Тема 13. Чинники, що впливають на результат. Типові помилки при навчанні техніці бігу на короткі дистанції	7		2			5
Тема 14-15. Спеціальна витривалість бігунів на 100-200м.	8		4			4
Тема 16. Старт, стартовий розгін, фінішування. 100 м.	2		2			
Тема 17. Низький старт, розгін, фінішування. Здача залікових нормативів – 100м.	2		2			

Тема 18. <i>Контроль змістового модуля</i>	2		2			
Разом за змістовим модулем	28		14			14
Разом за модулем	90	8	28			54
6 семестр						
Модуль 2						
Змістовий модуль 4						
Тема 1. Стрибок у довжину. Політ, приземлення. Спеціальні вправи стрибунів. ПТБ	7		2			5
Тема 2. Техніка стрибка у висоту способом «переступання»	7		2			5
Тема 3. Техніка стрибка у висоту способом «фостбері-флоп»	7		2			5
Тема 4. Здача залікових нормативів – стрибок у висоту обраним способом	2		2			
Тема 5. <i>Контроль змістового модуля</i>	2		2			
Разом за змістовим модулем	25		10			15
Змістовий модуль 5						
Тема 6. Методика навчання потрійного стрибка	7		2			5
Тема 7. Навчання стрибка з жердиною	7		2			5
Тема 8. Техніка виконання потрійного стрибка. Спеціальні вправи стрибунів	7		2			5
Тема 9. Розбіг, відштовхування, кроки, скік.	7		2			5
Тема 10. Стрибок у довжину з розбігу. 100м. Передача естафетної палички	7		2			5
Тема 11. Біг з бар'єрами. Передача естафетної палички. 1000м.	2		2			
Тема 12. 400м з бар'єрами. 4x100м. Стрибок у висоту.	2		2			
Тема 13. Здача залікових нормативів – 100м, 400м, 1000м.	2		2			
<i>Контроль змістового модуля</i>						
Разом за змістовим модулем 12	41		16			25
Змістовий модуль 6						
Тема 14. Фальшстарт. Спортивна ходьба. Біг на короткі дистанції	7		2			5
Тема 15. Стрибки у висоту. Дріботливий біг. Хлдьба 1000м.	7		2			5
Тема 16. Здача залікових нормативів: ходьба 1000м	4		2			2
Тема 17. Демонстрація на оцінку елементів техніки бігу.	2		2			

Тема 18. Виконання контрольних нормативів: потрійний стрибок, у довжину з місця, у довжину з розбігу	2		2			
Тема 19. <i>Контроль змістового модуля</i>	2		2			
Разом за змістовим модулем	24		12			12
Усього годин за модулем	90	-	38			52
Всього	180	8	66			106

Назви змістовних модулів і тем	Кількість годин					
	Денна форма					
	Усього годин	У тому числі				
		Лекції	Практичні	Лабораторні	Індивідуальні	Самостійна
7 семестр						
Модуль 3						
Змістовий модуль 7						
Тема 1. Інструктаж з ТБ. Загальні правила та характер гри	7	2	-	-	-	5
Тема 2. Послідовність навчання техніки кидка. Дії гравця в команді	7	-	2	-	-	5
Тема 3. Удосконалення фізичної, інтелектуальної, психологічної майстерності баскетболістів	7	2		-	-	5
Тема 4. Розвиток швидко-силових якостей гравця. Профілактика травм	7	-	2	-	-	5
Тема 5. Баскетбольна термінологія: правила, запис	7		2	-	-	5
Тема 6. Техніка нападу: переміщення, передачі м'яча	7	-	2	-	-	5
Тема 7. Техніка ведення м'яча; техніка пересування гравця. Навчальна гра	7	-	2	-	-	5
Тема 8. Техніка передачі м'яча - ловіння обома руками. Техніка передачі однією рукою. Навчальна гра	2	-	2	-	-	

<i>Контроль змістового модуля</i>						
Разом за змістовим модулем	51	4	12	-	-	35
Змістовий модуль 8						
Тема 9. Техніка виконання зупинки, поворотів. Двостороння 5гра	7	-	2	-	-	5
Тема 10. Техніка штрафного кидка; подвійного кроку	7	-	2	-	-	5
Тема 11-12. Техніка кидка м'яча у стрибку. Ловіння м'яча з півльоту	9	-	4	-	-	5
Тема 13. Техніка передачі м'яча у парах в русі. Техніка передачі м'яча в трійках	7	-	2	-	-	5
Тема 14. Техніка ведіння м'яча з переводом за спиною. Виконання фінтів	7	-	2	-	-	5
Тема 15. Здача залікових нормативів <i>Контроль змістового модуля</i>	2	-	2	-	-	-
Разом за змістовним модулем	39	-	14	-	-	25
Разом за модуль	90	4	26	-	-	60
Разом за 7 семестр	90	4	26			60
8 семестр Модуль 4 Змістовний модуль 9						
Тема 1. Загальні основи тактики гри у баскетбол. Техніка безпеки на заняттях	7	2	-	-	-	5
Тема 2-3. Особливості баскетбольної термінології та суддівства	9	2	2	-	-	5
Тема 4-5. Тактика захисту: індивідуальні тактичні дії	14	-	4	-	-	10

Тема 6. Перехід від нападу в захист	7	-	2	-	-	5
Тема 7. Особистий захист (пресинг)	7	-	2	-	-	5
Тема 8. Зонний захист. Забезпечення страхування тилу	2	-	2	-	-	
Разом за змістовним модулем	46	4	12	-	-	30
Змістовий модуль 10						
Тема 9. Організація варіантів зонного захисту	12	-	2	-	-	10
Тема 10. Особистий захист – концентрований, розосереджений, на своїй половині майданчика	11	-	2	-	-	9
Тема 11. Взаємодія гравців і пересування	7	-	2	-	-	5
Тема 12. Гра під щитом. Трьохсекундна зона	7	-	2	-	-	5
Тема 13. Виконання контрольних нормативів	7	-	2	-	-	5
Разом за змістовним модулем	44	-	10	-	-	34
Разом за модуль	90	4	22	-	-	64
Разом за 8 семестр	90	4	22	-	-	64
Всього:	180	8	48	-	-	124
	180	8	66			106
	360	16	114			230

5. Теми семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	—	
2	—	

6. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
5 семестр		
1.	Структура заняття з легкої атлетики <i>Контроль змістового модуля</i>	4
2.	Загальні і спеціальні вправи для розвитку фізичних якостей (сили, швидкості, спритності, гнучкості) та оволодіння технікою видів легкої атлетики	2
3.	Закріплення техніки бігу на середні дистанції. ЗФП -Л/А	2

4.	Залікові вимоги: Біг - 100м.Ю. Залікові вимоги: Біг - 100м. Д.	2
5.	Залікові вимоги: Біг - 2000м.Ю. Залікові вимоги: Біг - 1000м. Д.	2
6.	<i>Контроль змістового модуля</i>	2
7.	Методика навчання техніці бігу на короткі дистанції. ПТБ	2
8.	Чинники, що впливають на результат. Типові помилки при навчанні техніці бігу на короткі дистанції	2
9.	Спеціальна витривалість бігунів на 100-200м.	4
10.	Старт, стартовий розгін, фінішування. 100 м.	2
	Низький старт, розгін, фінішування. Здача залікових нормативів – 100м.	2
11.	<i>Контроль змістового модуля</i>	2
6 семестр		
12.	Стрибок у довжину. Політ, приземлення. Спеціальні вправи стрибунів. ПТБ	2
13.	Техніка стрибка у висоту способом «переступання»	2
14.	Техніка стрибка у висоту способом «фостбері-флоп»	2
15.	Здача залікових нормативів – стрибок у висоту обраним способом	2
16.	<i>Контроль змістового модуля</i>	2
17.	Методика навчання потрійного стрибка	2
18.	Навчання стрибка з жердиною	2
19.	Техніка виконання потрійного стрибка. Спеціальні вправи стрибунів	2
20.	Розбіг, відштовхування, кроки, скік.	2
21.	Стрибок у довжину з розбігу. 100м. Передача естафетної палички	2
22.	Біг з бар'єрами. Передача естафетної палички. 1000м.	2
23.	400м з бар'єрами. 4x100м. Стрибок у висоту.	2
32.	Здача залікових нормативів – 100м, 400м, 1000м. <i>Контроль змістового модуля</i>	2
33.	Фальшстарт. Спортивна ходьба. Біг на короткі дистанції	2
34.	Стрибки у висоту. Дріботливий біг. Хлдьба 1000м.	2
35.	Здача залікових нормативів: ходьба 1000м	2
36.	Демонстрація на оцінку елементів техніки бігу.	2
37.	Виконання контрольних нормативів: потрійний стрибок, у довжину з місця, у довжину з розбігу	2
38.	<i>Контроль змістового модуля</i>	2
Разом		66

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
7 семестр		
1	Послідовність навчання техніки кидка. Дії гравця в команді.	2
2	Удосконалення фізичної, інтелектуальної, психологічної майстерності баскетболістів	2

3	Розвиток швидкісно-силових якостей гравця. Профілактика травм	2
4	Техніка нападу: переміщення, передачі м'яча	2
5	Техніка ведення м'яча; техніка пересування гравця. Навчальна гра	2
6	Техніка передачі м'яча - ловіння обома руками. Техніка передачі однією рукою. Навчальна гра	2
7	Техніка виконання зупинки, поворотів. Двостороння гра	2
8	Техніка штрафного кидка; подвійного кроку	2
9	Техніка кидка м'яча у стрибку. Ловіння м'яча з півльоту	4
	Техніка передачі м'яча у парах в русі. Техніка передачі м'яча в трійках	2
10	Техніка ведіння м'яча з переводом за спиною. Виконання фінтів	2
11	Здача залікових нормативів	2
	Разом за 7-й семестр:	26
8 семестр		
12	Особливості баскетбольної термінології та суддівства	2
13	Тактика захисту: індивідуальні тактичні дії	4
14	Перехід від нападу в захист	2
15	Особистий захист (пресинг)	2
16	Зонний захист. Забезпечення страхування тилу	2
17	Організація варіантів зонного захисту	2
18	Особистий захист – концентрований, розосереджений, на своїй половині майданчика	2
19	Взаємодія гравців і пересування	2
20	Гра під щитом. Трьохсекундна зона	2
21	Виконання контрольних нормативів	2
	Разом за 8-й семестр:	22
	Всього:	48

7. Теми лабораторних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	—	

8. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Найкращі легкоатлети світу	5
2	Написання підготовчої частини уроку за темою «Спеціальні вправи легкоатлета» (початкова школа)	5
3	Написання основної частини уроку за темою «Техніка бігу на 100 м. Стрибок у юовжину з місця» (старша школа)	5
4	Організація і проведення змагань з легкої атлетики	5
5	Рекомендації В.Г.Алабіна та М.М.Сидоренка при навчанні техніці бігу на короткі дистанції	5
6	Підбір відео фрагментів з виконанням легкоатлетичних вправ	5
7	Техніка бігу Б.Ліндгрена, Хітриної, Михайлова.	5
8	Техніка бар'єрного бігу В.Скоморохова	5

9	Провести анкетування у ЗОШ щодо занять легкоатлетичними вправами. Систематизувати його, проаналізувати та узагальнити. Зробити висновки	5
10	Складання плану-конспекту для учнів 10-11 класів(стрибок у довжину з розбігу)	5
11	Моделювання професійної діяльності. Розробка навчальних карток до уроків ФК.	4
12	Рекорди на відкритому майданчику з легкої атлетики	5
13	Відеофрагмент заняття з легкої атлетики у школі	5
14	Складання календарного планування секції з легкої атлетики	5
15	Конспект уроку з легкої атлетики на вибір	5
16	Розробка карток з вправами на розвиток сили	5
17	Рекорди у закритому приміщенні	5
18	Складання календарного планування з легкої атлетики	5
19	Конспект уроку з легкої атлетики на вибір	5
20	Розробка карток з вправами на розвиток гнучкості	5
21	Спортсмени-олімпійці України	5
22	Тестування фізичних можливостей учнів	2
	Разом	106

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Досягнення українських баскетболістів на міжнародній арені	5
2.	Розробка презентації «Правила гри в баскетбол»	5
3.	Зміст і структура програми з фізичної культури. Розділ "Баскетбол"	5
4.	Конспект уроку з баскетболу з графічним записом згідно поставлених задач (4)	5
5.	Підібрати рухливі ігри для удосконалення баскетболістів (6-8)	5
6.	Розвернутий конспект уроку із застосуванням рухливих ігор	5
7.	Підготовка до виконання контрольних нормативів	5
8.	Скласти комплекс вправ з м'ячем на місці (6-8) у парах зі спрямованістю на основні групи м'язів	5
9.	Розробка тестів для учнів старшої ланки для удосконалення технічної підготовки баскетболіста	5
10.	Підготовка до виконання контрольних нормативів	5
11.	Розробка сценарію спортивного заходу «Баскетбол-шоу»	5
12.	Підготовка до виконання контрольних нормативів	5
13.	Висвітлити особливе значення гри баскетбол в системі професійної підготовки майбутнього вчителя фізичної культури.	5
14.	Обґрунтувати історичну необхідність виникнення гри баскетбол.	10
15.	В якій країні, хто і коли придумав правила гри баскетбол.	5
16.	Яким чином спортивна гра баскетбол розповсюджувалась світі, в яких країнах.	5
17.	Вказати дату виникнення міжнародної федерації баскетболу (ФІБА) та її значення.	10
18.	Охарактеризувати 5 основних етапів розвитку гри баскетбол.	9
19.	Дати характеристику становлення й розвитку гри баскетбол в Україні, навести приклади значних досягнень українських спортсменів.	5
20.	Назвати відомих луганських баскетболістів-фахівців та майстрів спорту.	5

21.	Обґрунтувати необхідність змін у правилах гри баскетбол у 1986 році та на початку XXI сторіччя.	5
	Разом	124

9. Індивідуальні завдання

1. Розвиток легкої атлетики в Україні
2. Рухливі ігри для занять легкою атлетикою
3. Спортивні досягнення з легкої атлетики
4. Рекордсмени-спортсмени з легкої атлетики
5. Борзов В. – видатний легкоатлет
6. Бубка С. – непервершений атлет світу
7. Знамениті легкоатлети Луганщини
8. Розвиток легкої атлетики ув ЛН
9. Історичний розвиток легкої атлетики
10. Спортивні споруди для занять легкою атлетикою
11. Висвітлити значення та місце спортивної гри баскетбол в державній системі фізичного виховання.
12. Визначити завдання занять з баскетболу та їх специфічну спрямованість: вплив на організм учнів.
13. Охарактеризувати методичні особливості вивчення техніки гри баскетбол.
14. Дати змістовну характеристику основним елементам гри баскетбол.
15. Описати критерії рейтингового оцінювання професійно-педагогічної підготовки студентів з баскетболу за модульною технологією навчання.

Учбові нормативи та вимоги з технічної і практичної підготовки для визначення рейтингової оцінки з баскетболу

1. ВИМОГИ

1. Знання техніки та методики навчання вивчення елементів гри.
2. Мати зошит з записами лекційного матеріалу та методикою навчання вже вивчених елементів техніки та тактики гри баскетбол.
3. Знання сучасних правил гри баскетбол.
4. Мати примірник розгорнутого конспекту уроку зі спортивних ігор з графічним записом усіх 45 хвилин згідно конкретних задач (з відображенням тактичних схем).
5. Самостійне проведення уроку згідно поставлених задач з техніки *гри* баскетбол та достатнього рівня рейтингового оцінювання.
6. Практична реалізація методики суддівства на достатньому рівні рейтингового оцінювання.

2. ПРАКТИЧНІ НОРМАТИВИ

1. Штрафні кидки: обома руками зверху, знизу; однією зверху з 10 спроб - 5 влучень для юнаків та дівчат.
2. Ведіння (високе, середнє) м'яча від середньої лінії збоку від щита з виконанням подвійного кроку та кидка м'яча у кошик. З 10 спроб: юнаки - 9 влучень; дівчата - 8 влучень.
3. Далеке передавання м'яча однією рукою довільним способом на відстані 22 м - дівчата (з трьох спроб дві зараховані).

4. Передача-ловля м'яча обома руками від грудей у парах на швидкість: юнаки - на відстані 4,5 м не менше ніж 25 передач за 30 сек. дівчата - на відстані 3,5 м не менше ніж 25 передач за 30 сек.

Рейтингові практичні нормативи з технічної підготовки студентів

1. Мінімально-достатній рівень

1. Виконати штрафні кидки вивченим способом без порушень правил гри. З 10 спроб 3-4 влучення для юнаків та дівчат.
2. Виконати ведіння м'яча (без порушень правил гри) з кидком його у кошик після подвійного кроку. З 10 спроб: юнаки - 8 влучень, дівчата - 7 влучень.
3. Далеке передавання м'яча однією рукою довільним способом. Юнаки - 26м (з 3-х спроб - дві зараховані). Дівчата - 18 м (з 3-х спроб - дві зараховані).
4. Передача-ловля м'яча обома руками від грудей у парах на швидкість. Юнаки - на відстані 4,5м не менше ніж 23 передачі за 30с. Дівчата - на відстані 3,5м не менше ніж 22 передачі за 30с.

II. Достатній рівень

1. Виконати штрафні кидки вивченим способом без порушень правил гри. З 10 спроб: 5 влучень для юнаків та дівчат.
2. Виконати ведіння м'яча (без порушень правил гри) з кидком його у кошик після подвійного кроку. З 10 спроб: юнаки 9 влучень, дівчата - 8 влучень.
3. Далеке передавання м'яча однією рукою довільним способом. Юнаки - 28м (з 3-х спроб - дві зараховані). Дівчата - 20 м (з 3-х спроб - дві зараховані).
4. Передача-ловля м'яча обома руками від грудей - на швидкість. Юнаки на відстані 4,5м не менше ніж 28 передачі за 30с. Дівчата - на відстані 3,5м не менше ніж 27 передачі за 30с.

III. Високий рівень

1. Виконати штрафні кидки вивченим способом без порушень правил гри. З 10 спроб: 6 і більше влучень для юнаків і дівчат
2. Виконати ведіння м'яча (без порушень правил гри). З кидком його у кошик після подвійного кроку. З 10 спроб: юнаки -10 влучань, дівчата - 9 і більше влучань.
3. Далеке передавання м'яча однією рукою довільним способом. Юнаки — 29м і більше (з 3-х спроб - дві зараховані). Дівчата - 22 м і більше (з 3-х спроб - дві зараховані).
4. Передача-ловля м'яча обома руками від грудей у парах на швидкість. Юнаки - на відстані 4,5м виконати 29 і більше передач за 30с. Дівчата - на відстані 3,5м виконати 28 передач за 30с.

10. Методи навчання

Теоретичні заняття проводяться у формі лекцій з використанням різноманітних методів та прийомів навчання: постановка і рішення педагогічних ситуацій, робота з першоджерелами, використання різноманітних наочних засобів, в тому числі мультимедійних. Поряд з лекцією застосовуються спостереження різних сторін навчального процесу в школі (лабораторні заняття), практичні заняття. Різні види діяльності студентів в навчальному процесі дозволяють викладачу педагогіки здійснити всебічну перевірку теоретичних знань, а також практичних умінь майбутніх фахівців.

За характером логіки пізнання впроваджуються аналітичний, індуктивний та дедуктивний методи навчання.

За рівнем самостійної розумової діяльності – проблемний виклад та частково-пошуковий метод навчання.

За джерелом знань – словесні, практичні, наочні методи навчання.

11. Методи контролю

Поточний і підсумковий контроль

12. Розподіл балів, які отримують студенти

5 семестр										
На період атестації										
Поточне тестування та самостійна робота										Сума
Змістовий модуль 1					Змістовий модуль 2					
T1	T2	T3	T4	T5-6	T7	T8	T9	T10	T11	60
5	5	5	5	10	5	5	5	5	10	
										Сума
Змістовий модуль 3										
	T12	T13	T14	T15		T16	T17	T18		100
	5	5	5	5		5	5	10		
6 семестр										
Поточне тестування та самостійна робота										Сума
Змістовий модуль 4						Змістовий модуль 5				
T1	T2	T3	T4	T5		T6-7	T8-9	T10-11	T12-13	60
5	5	5	5	5		5	10	10	10	
	Поточне тестування та самостійна робота									Сума
Змістовий модуль 6										
	T14	T15	T16	T17	T18	T19				100
	5	5	5	5	5	5				

Оцінювання навчальних досягнень студентів за 7 семестр

Поточне тестування та самостійна робота															
Модуль 1															
Змістовий модуль 1								Змістовий модуль 2							Залік 10 б
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9	T10	T11	T12	T13	T14	T15	100
5	5	5	5	6	5	6	5	6	6	6	6	6	6	6	100 б

Оцінювання навчальних досягнень студентів за 8 семестр

Поточне тестування та самостійна робота											Сума балів		
Модуль 4											Екзамен 20 балів		
Змістовий модуль 5								Змістовий модуль 6					
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9	T10	T11	T12	T13	

6	6	6	6	6	6	6	7	6	6	6	6	7	100 б
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	-------

Шкала оцінювання: національна та ECTS

На період атестації

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		за 12-тибальною шкалою	за 5-тибальною шкалою
48,5-50,0	A	дванадцять	відмінно
46,5-48,0		одинадцять	
45,0-46,0		десять	
42,5-44,5	B	дев'ять	добре
39,5-42,0	C	вісім	
37,0-39,0		сім	
33,5-36,5	D	шість	задовільно
30,0-33,0	E	п'ять	
22,5-29,5	FX	чотири	незадовільно з можливістю повторного складання
15,0-22,0		три	
7,5-14,5	F	два	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни
0-7,0		один	

Семестр

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		за 12-тибальною шкалою	за 5-тибальною шкалою
100-98	A	дванадцять	відмінно
97-94		одинадцять	
93-90		десять	
89-85	B	дев'ять	добре
84-79	C	вісім	
78-74		сім	
73-69	D	шість	задовільно
68-64		п'ять	
63-60		чотири	
59-47	FX	три	незадовільно з можливістю повторного складання
46-35	F	два	незадовільно з обов'язково-вим повторним вивченням дисципліни
34-0		один	

Атестація

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		за 12-тибальною шкалою	за 5-тибальною шкалою
50,0-49	A	дванадцять	відмінно
48-47		одинадцять	
46-45		десять	
44-42	B	дев'ять	добре
41-39	C	вісім	
38-37		сім	
36-34	D	шість	задовільно
33-31		п'ять	
30-29	E	чотири	незадовільно з можливістю повторного складання
28-24	FX	три	
23-17	F	два	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

Екзамени

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		за 12-бальною шкалою	за 5- бальною шкалою
20-19,4	A	дванадцять	відмінно
19,3-18,7		одинадцять	
18,6-18,0		десять	
17,9-17,0	B	дев'ять	добре
16,9-16,0	C	вісім	
15,9-14,8		сім	
14,7-13,8	D	шість	задовільно
13,7-13		п'ять	

12,9-12,0	E	чотири	
11,9-9,4	FX	три	незадовільно з можливістю повторного складання
9,3-7,0	F	два	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни
6,9-0		один	

Залік

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		за 12-бальною шкалою	
10-9,7	A	дванадцять	відмінно
9,6-9,3		одинадцять	
9,2-9		десять	
8,9-8,5	B	дев'ять	добре
8,4-8	C	вісім	
7,9-7,4		сім	
7,3-6,9	D	шість	задовільно
6,8-6,4		п'ять	
6,3-6,0	E	чотири	
5,9-4,7	FX	три	незадовільно з можливістю повторного складання
4,6-3,5	F	два	незадовільно з обов'язко-вим повторним вивченням дисципліни

13. Методичне забезпечення

1. Мультимедійні лекції з предмету
2. Методичні рекомендації до виконання практичних робіт
3. Комплекс навчально-методичного забезпечення
4. Конспекти лекцій
5. Список рекомендованої літератури до курсу
6. Відеозаписи
7. Пакети контролю знань за змістовними модулями, для заліку
8. Навчальні картки
9. Картки з рухливими іграми
10. Спортивний інвентар
11. Картки з жестами суддів

14. Рекомендована література**Базова**

1. Ахметов, Р. Ф. and Максименко, Г. М. and Кутек, Т. Б. (2013) Легка атлетика. Підручник для студентів вищих навчальних закладів України. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І.Франка.
2. Гогін О.В. Легка атлетика. Навчальний посібник, ОВС, 2010.- 395с.

3. Теорія і методика фізичного виховання .- Т 1-2 /за ред..Т.Ю. Круцевіч. – К.: Олімпійська література, 2008, С.390
4. Худолій О.М. Загальні основи теорії та методики фізичного виховання: Навч.посібник. – Харків: «ОВС», 2007. – 406 с.: іл..
5. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина1 та 2. – Тернопіль, 2002.

Допоміжна

1. Виноградов, Валерій Євгенович и Аврутін, С.Ю. и Артюшенко, А.Ф. и Беца, Н.Н. и Величко, А.І. (2017) Легкая атлетика: учебник In: Легкая атлетика: учебник. К: Логос. ISBN 978-617-7442-62-1.
2. І.І.Маріонда, Е.М.Сивохоп, В.В.Кевпанич «Теорія і методика викладання легкої атлетики»: Методична розробка для самостійної роботи студентів вищих навчальних закладів фізичного виховання і спорту. – Ужгород, 2013. – 34с.
3. Козуб О.В. Фізкультхвилинки та ігри в 1-4 класах. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2005. – 64с.
4. Ламкова О.І. 250 рухливих ігор та естаєт для школярів. – Харків.: Ранок, 2005. – 128с.
5. Фізкультхвилинки у початковій школі: / Тернопіль, 2000 – 16 с.

15. Інформаційні ресурси

Інтернет, електронні книги та підручники, бібліотеки