

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ, ЗДОРОВ'Я ТА ТУРИЗМУ  
КАФЕДРА ТЕОРІЇ ТА МЕТОДИКИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ

**ЗАТВЕРДЖУЮ**

Декан \_\_\_\_\_ факультету

\_\_\_\_\_ (підпис) \_\_\_\_\_ (ініціали та прізвище)  
« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2022

**Психолого-педагогічні основи фізичної культури і спорту**

(назва навчальної дисципліни)

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

підготовки **БАКАЛАВРА**

очної (денної) форм здобуття освіти

спеціальності 017 ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ

освітньо-професійні програми Фізичне виховання,

Спорт, Фітнес та рекреація

**Укладач /Укладачі: Коваленко Ю.О., к.пед.н., доцент кафедри теорії та методики фізичної культури і спорту**

Обговорено та ухвалено  
на засіданні  
кафедри \_\_\_\_\_

—

Протокол № \_\_\_\_\_ від “ \_\_\_\_\_ ” \_\_\_\_\_ 202\_ р.  
Завідувач  
кафедри \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ (підпис)

\_\_\_\_\_ (ініціали, прізвище)

Ухвалено науково-методичною радою  
факультету \_\_\_\_\_

Протокол № \_\_\_\_\_ від “ \_\_\_\_\_ ” \_\_\_\_\_ 202\_

р.

Голова науково-методичної ради

факультету \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ (підпис)

\_\_\_\_\_ (ініціали, прізвище)

Погоджено

з навчально-методичним відділом

\_\_\_\_\_ (підпис)

\_\_\_\_\_ (ініціали, прізвище)

2022 рік

## 1. Опис навчальної дисципліни

1	2	3	
<b>Галузь знань, спеціальність, освітня програма рівень вищої освіти</b>	<b>Нормативні показники для планування і розподілу дисципліни на змістові модулі</b>	<b>Характеристика навчальної дисципліни</b>	
		очна (денна) форма здобуття освіти	заочна (дистанційна) форма здобуття освіти
Галузь знань Галузь знань 01 «Освіта»	Кількість кредитів – 4	<b>Цикл обов'язкових дисциплін</b>	
		<b>Цикл дисциплін загальної підготовки</b>	
<b>Спеціальність 017 ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ</b>	Загальна кількість годин – 120	<b>Семестр:</b>	
<b>Освітньо-професійні програми Фізичне виховання, Спорт, Фітнес та рекреація</b>	Змістових модулів – 4	3-й	-й
		<b>Лекції</b>	
		28 год.	год.
		<b>Семінарські</b>	
Рівень вищої освіти: <b>бакалаврський</b>	Кількість поточних контрольних заходів –	14 год.	год.
		<b>Самостійна робота</b>	
		78 год.	год.
		<b>Вид підсумкового семестрового контролю: залік</b>	

**Метою** вивчення навчальної дисципліни «Психолого-педагогічні основи фізичної культури і спорту» є – сформувати компетентність до психологічного супроводу та педагогічного впливу фізичного виховання на особистість дитини в умовах нової української школи.

Основним **завданням** вивчення дисципліни «Психолого-педагогічні основи фізичної культури і спорту» є *формування в майбутнього фахівця фізичної культури уміння вдало застосовувати засоби фізичного виховання в напрямі формування особистості школярів, а також розширення і поглиблення фонду їх інтелектуальних, рухових вмінь та навичок.*

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен набути таких результатів навчання (знання, уміння тощо) та компетентностей:

Заплановані робочою програмою результати навчання та компетентності	Методи і контрольні заходи
1	2
<p><b>Результати навчання:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- спілкуватися з дітьми нового покоління у процесі фізичного виховання;</li> <li>- формулювати завдання дітям під час занять фізичним вихованням;</li> <li>- скласти анкету оцінки психологічного профілю дитини;</li> <li>- застосовувати інноваційні методи навчання;</li> <li>- повести урок з фізичної культури з урахування змін у системі фізичного виховання;</li> <li>- надати знання з фінансової грамотності на уроках з фізичної культури;</li> <li>- застосовувати сучасні оздоровчі технології у фізичному вихованні школярів;</li> <li>- володіти методиками оцінки психологічного профілю дитини.</li> </ul>	<p>Методи проблемного навчання; ігрове / соціальне / імітаційне моделювання; кооперативні техніки, що вимагають об'єднання локальних ініціатив слухачів методика взаємообміну завданнями; ділові ігри; портфоліо; аналіз конкретних ситуацій (кейс-метод); навчання через Інтернет, контроль – тестування.</p>

#### **Міждисциплінарні зв'язки.**

Дисципліна пов'язана з вивченням блоку дисциплін спеціальності.

### **3. Програма навчальної дисципліни**

#### **Змістовий модуль 1. Основи фінансової грамотності.**

Дохід та витрати. Накопичення. Три періоди фінансового життя. Де і скільки треба накопичувати.

**Змістовий модуль 2. Психологічний профіль сучасних дітей новогопокоління.** Характеристика дітей нового покоління. Психологічні особливості дітей нового покоління «Альфа» та «Z». Основні проблеми зі здоров'ям сучасних дітей. Рудименти фізичного виховання. Як стати успішною людиною улюбленої професії; особливості слеш-людей або мультіпотенціалів. Основи фінансової грамотності. Поняття «фінансова грамотність», особливості сучасних реформ в Україні; правила надання знань з фінансової грамотності; фінансова грамотність і стиль життя»; фінансова грамотність на уроках фізичної культури.

**Змістовий модуль 3. Нова фізична культура.** Методика фізичного виховання в умовах НУШ Життєво-важливі рухові навички; забути – правиладорослих / вчимося за правилами дітей; забути - правильна техніка / раціональна техніка; забути - підрахунок, свисток / серіями, періодами; забути – балаканина / спілкування (25 слів – 8 секунд). Типи інтелекту дітей. Індивідуальний психологічний профіль дитини. «Генії з тупим руховим інтелектом»; ігрові вправи; лідер – вибір, пошук, щільно, своя гра, 3 в 1.

**Змістовий модуль 4. Школа розумного руху.** Принципи фізичного виховання: ліберально, емоційно, раціонально, інтерактивно, динамічно. Методики оцінки психологічного профілю дитини. Практичні поради виховання хлопчиків і дівчаток. 22 психологічні поради. Сучасні оздоровчі технології та їхнє місце у системі фізичного виховання.

**Змістовий модуль 5. Особливості роботи з дітьми нового покоління.** Правила для дорослих при роботі з дітьми. Спортивна психологія. Поняття «спортивна психологія»; наука «спортивна психологія»; психологічні труднощі у спорті; спрямованість тренінгів у спорті; психологічна підготовка у спорті; роль спортивного психолога; методики укріплення психологічного стану спортсменів. Кліпова пам'ять та кліпове мислення. Зміни у програмі з фізичної культури, відповідно НУШ; зміст плану-конспекту уроку з фізичної культури з урахуванням змін у системі фізичного виховання; методика організації фізичного виховання школярів в умовах НУШ.

#### 4. Структура навчальної дисципліни

Змістовий модуль	Усього годин	Аудиторні (контактні) години					Самостійна робота, год		Система накопичення балів			
		Усього годин		Лекційні заняття, год		Семінарські, год		о/д ф.	з/дист ф.	Теор. зав-ня, к-ть балів	Практ. зав-ня, к-ть балів	Усього балів
				о/д ф.	з/дист ф.	о/д ф.	з/дист ф.					
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>		<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>
		о/д.ф.	з/дист.ф.									
1	8			4		4		18				15
2	4			2		2		20				10
3	8			4		4		20				6
4	8			4		4		20				9
Усього за змістові модулі	28			14		14						60
Підсумковий семестровий контроль залік	20											20
ІДЗ	20							78				20
Загалом		<b>120</b>								<b>100</b>		

## 5. Теми лекційних занять

№ змістового модуля	Назва теми	Кількість годин	
		о/д ф.	з/дист ф.
1	2	3	4
1	Характеристика дітей нового покоління	2	...
2	Основні проблеми зі здоров'ям сучасних дітей	2	
3	Як стати успішною людиною улюбленої професії; особливості слеш-людей або мультипотенціалів	2	
4	Методика фізичного виховання в умовах НУШ Життєво-важливі рухові навички	2	
5	Школа розумного руху. Принципи фізичного виховання: ліберально, емоційно, раціонально, інтерактивно, динамічно	2	
6	Сучасні оздоровчі технології та їхнє місце у системі фізичного виховання	2	
7	Спортивна психологія.	2	
Разом		14	...

## 6. Теми семінарських

№ змістового модуля	Назва теми	Кількість годин	
		о/д ф.	з/дист ф.
1	2	3	4
1	Психологічні особливості дітей нового покоління «Альфа» та «Z»	2	...
2	Рудименти фізичного виховання	2	
3	Основи фінансової грамотності	2	
4	Типи інтелекту дітей Індивідуальний психологічний профіль дитини	2	
5	Методики оцінки психологічного профілю дитини	2	
6	Правила для дорослих при роботі з дітьми	2	
7	Кліпова пам'ять та кліпове мислення. мислення Зміни у програмі з фізичної культури, відповідно НУШ	2	
Разом		14	...

## 7. Види і зміст поточних контрольних заходів

№ змістового модуля	Вид поточного контрольного заходу	Зміст поточного контрольного заходу	Критерії оцінювання	Усього балів
1	2	3	4	5
1	Відвідування лекції	Конспект лекції, навчально-методичний посібник	Наявність конспекту лекції	1
	Відвідування лекції	Конспект лекції, навчально-методичний посібник	Наявність конспекту лекції	1
	Робота у групах: питання-відповідь-дискусія	Вимоги до виконання та оформлення: у довільній формі, наявність конспекту	Змістовність відповіді	4
	Робота у групах: питання-відповідь-дискусія	Вимоги до виконання та оформлення: у довільній формі, наявність конспекту	Змістовність відповіді	4
	<i>Індивідуальне письмове</i>	У вигляді презентації	Змістовність	8
<b>Усього за ЗМ 1 контр. заходів</b>	<b>5</b>			<b>15</b>
2	Відвідування лекції	Конспект лекції, навчально-методичний посібник	Наявність конспекту лекції	1
	Робота у групах: питання-відповідь-дискусія	Вимоги до виконання та оформлення: у довільній формі, наявність конспекту	Змістовність відповіді	4
	<i>Письмова контрольна робота</i>	У вигляді презентації	Змістовність	7
<b>Усього за ЗМ 2 контр. заходів</b>	<b>3</b>			<b>12</b>
3	Відвідування лекції	Конспект лекції, навчально-методичний посібник	Наявність конспекту лекції	1
	Робота у групах: питання-відповідь-дискусія	Вимоги до виконання та оформлення: у довільній формі, наявність конспект	Змістовність відповіді	4

	Відвідування лекції	Конспект лекції, навчально-методичний посібник	Наявність конспекту лекції	<b>1</b>
<b>Усього за ЗМ 3 контр. заходів</b>	<b>3</b>	...	...	<b>6</b>
<b>4</b>	Робота у групах: питання- відповідь- дискусія	Вимоги до виконання та оформлення: у довільній формі, наявність конспект	Змістовність відповіді	<b>4</b>
	Робота у групах: питання- відповідь- дискусія	Вимоги до виконання та оформлення: у довільній формі, наявність конспект	Змістовність відповіді	<b>4</b>
	Відвідування лекції	Конспект лекції, навчально-методичний посібник	Наявність конспекту лекції	<b>1</b>
	<i>Індивідуальне письмове</i>	У вигляді презентації	Змістовність	<b>8</b>
	<i>Письмова контрольна робота</i>	У вигляді презентації	Змістовність	<b>7</b>
<b>Усього за ЗМ 4 контр. заходів</b>	<b>5</b>	...	...	<b>24</b>
<b>Усього за змістові модулі контр. заходів</b>	<b>16</b>			<b>60</b>



## 8. Підсумковий семестровий контроль

Форма	Види підсумкових контрольних заходів	Зміст підсумкового контрольного заходу	Критерії оцінювання	Усього балів
1	2	3	4	5
залік	Тестування у мудл	Питання для підготовки : у системі мудл	60%	20
ІДЗ	ЕСЕ	Тематика подана у системі мудл	Змістовність	20
Усього за підсумковий семестровий контроль				40

## 9. Рекомендована література

### Основна

1. Аксьонова О. До оновлення методики фізичного виховання в системі “ДНЗ – ШКОЛА” / О. Аксьонова // Вісн. Прикарпат. ун-ту. Серія: Педагогіка. 2010. –Вип. XXXV. С. 92-98.
2. Аксьонова О.П. Інноваційні підходи до формування нового педагогічного мислення сучасного педагога освітньої галузі “Здоров’я та фізична культура” / Педагогіка здоров’я : [збірник наукових праць У Всеукраїнської науково- практичної конференції, присвяченої 170-річчю з дня народження І.І. Мечникова] / за заг. ред. акад. І.Ф.Прокопенка. Харків : ХНПУ ім. Г.С.Сковороди, 2015. 724 с. С. 138-144.
3. Аксьонова О.П. Фізіологічна крива реакції серцево-судинної системи організму дітей і підлітків на фізичні навантаження під час занять фізичною культурою // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова : зб. наук. пр. Київ, 2014. С. 13-18.
4. Аксьонова О. П. Технологічні основи конструювання уроку «Фізична культура» : [навч.-метод. посіб. для вчителів – практиків] / О. П. Аксьонова. Запоріжжя, 2011. 104 с.
5. Аксьонова О. П. Формування фізичної культури учнів початкової школи в умовах диференційованого навчання : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.07 / О. П. Аксьонова. Тернопіль, 2005. 236 с.

### Додаткова:

6. Бернштейн Н. А. Физические движения и активность. – М.: Наука, 1990. –С.373-392.
7. Висоцький В. Л. Фізкультура. Педагогіка спільного успіху / В. Л. Висоцький, Т. І. Терьошкіна, О. М. Юшков. Київ : “Шк. світ”. 2009.

8. Денисенко Н. Ф. Формування у дітей знань про особисте здоров'я, уміння та навичок в оздоровленні на заняттях з фізичної культури / Н. Ф. Денисенко // Дошкільне виховання. – 2009. № 11. С. 15-16.
9. Дичківська І. М. Інноваційні педагогічні технології [Електронний ресурс] / І. М. Дичківська // Режим доступу: <http://books.br.com.ua/32087>, вільний. Назва з екрану. (Дата звернення: 02.11.2013).
10. Доман Глен. Гармоничное развитие ребенка [Электронный ресурс] / Г. Доман // Режим доступа: <http://www.klex.ru/46m>, свободный.–Загл. с экрана. (Дата обращения 12.10.2013).
11. Змановский Ю. Ф. Здоровый дошкольник: Авторская программа / Ю. Ф. Змановский // Дошкольное воспитание. 2010. № 6. С. 25-28.
12. Колидзе Э. А. Личностно-ориентированное физическое развитие ребенка : [уч. пособ.] / Э. А. Колидзе. Воронеж : Изд-во НПО “МОДЭК”, 2007. 480 с.
13. Локарева Н. Еще раз об уроках физкультуры: взгляд психолога [Электронный ресурс] / Н. Локарева // Первое сентября : [сайт]. – Режим доступа: <http://spo.1september.ru>, свободный. – Заглавие с экрана. – (Дата обращения).
14. Медико-демографічна ситуація та організація медичної допомоги населенню у 2010 році. Підсумки діяльності системи охорони здоров'я та реалізація Програми економічних реформ на 2010-2014 роки “Заможне суспільство, конкурентоспроможна економіка, ефективна держава” [Електронний ресурс]. К. : [МОЗ України], 2011. 104 с. Режим доступу: [http://moz.gov.ua/docfiles/Med\\_demo\\_situation\\_2010.pdf](http://moz.gov.ua/docfiles/Med_demo_situation_2010.pdf) (дата звернення: 18.01.2012). – Назва з екрану.
15. Метод рухових задачок у школі розумного руху : [навчально-методичний посібник] / Упор. О.П.Аксьонова. Запоріжжя: Видавництво КЗ “ХННРБЦ” ЗОР, 2013. 96 с. (Затв. Науково-методичною радою КЗ “ЗОППО” ЗОР, пр. 9 від 17.12.2013).
16. Про забезпечення медико-педагогічного контролю за фізичним вихованням учнів у загальноосвітніх навчальних закладах /Наказ МОЗ України та МОН України від 20.07.2009 № 518/674 / <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/z0772-09> - (дата звернення: 24.10.16).
17. Реутский С. Физкультура про другое, зато обо всем и для всех. От простого к сложному в семье, в детском саду и в начальной школе / С. Реутский. СПб. : Агентство образов. сотруд-ва, 2006. // То же [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://setilab.ru/modules/article/trackback.php/201>, свободный. – (Дата обращения: 25.11.2013).
18. Розвиток «рухового інтелекту» дітей на заняттях з фізичної культури : [Наук.-метод.розробка] / За ред. О. Аксьонової, Н. Денисенко, С. Циба. – Запоріжжя, 2009. – 116 с.
19. Фізичний розвиток дітей в умовах дошкільного навчального закладу : Методичні рекомендації Міністерства освіти і науки України (Додаток до листа від 16.08.2010 р. № 1/9-563) // Дошкільне виховання. 2010. № 9. - С. 9–14.

20. Фізичний розвиток дітей і підлітків та чинники, що його формують [Електронний ресурс] / Н. І. Осадчук, Т. М. Кривов'яз, З. М. Романова, С. А. Шкарпета // Publishinghouse Educationand Sciences. r.o. – Електрон. дані. Режим доступу: [http://www.rusnauka.com/26\\_SSN\\_2010/Medecine/71423.doc.htm](http://www.rusnauka.com/26_SSN_2010/Medecine/71423.doc.htm) (дата звернення: 14.09.2013). – Назва з екрану.
21. Якимович В. С. Проектирование системы физического воспитания на основе личностно ориентированного образования [Электронный ресурс] : Режим доступа: <http://lib.sportedu.ru/>, свободный. Назв.с экрана. (Дата обращения).

### **Інформаційні джерела:**

22. [Електронний ресурс]: блог ЛПДЕР - <http://mofizkult-zp.blogspot.com>
23. Електронна адреса: відео-канал  
ROZUM\_RUH /  
[https://www.youtube.com/watch?v=gEkUEprcQuw&list=PLxkLopsz5HAqiZ3dVNi1FO\\_2wM1R3fWkEO](https://www.youtube.com/watch?v=gEkUEprcQuw&list=PLxkLopsz5HAqiZ3dVNi1FO_2wM1R3fWkEO)
24. Матеріали обласного етапу Всеукраїнського конкурсу на кращий інноваційний урок фізичної культури та урок з елементами футболу / [http://kfkis-zp.blogspot.com/p/blog-page\\_16.html](http://kfkis-zp.blogspot.com/p/blog-page_16.html)  
[Державний стандарт початкової освіти / затверджено Постановою Кабінету Міністрів України від 21 лютого 2018 р. № 87](#)