**Вимоги до державного іспиту з теорії та методики фізичного виховання**

**для студентів ІV курсу факультету фізичного виховання і спорту**

**1.Теоретико-методичні основи фізичного виховання**

1. Предмет і об’єкт теорії фізичного виховання. Її місце у системі наукових знань.
2. Базові поняття теорії фізичного виховання: „фізична культура”, „фізичне виховання”, „фізичний розвиток”, „спорт”.
3. Нормативно-правове, науково-методичне та програмове забезпечення системи фізичного виховання.
4. Умови функціонування системи фізичного виховання: просвітницька діяльність, матеріально-технічне забезпечення, кадрове забезпечення. Мета системи фізичного виховання в Україні: стратегічна мета, практична мета, оперативна мета.
5. Характеристика основних завдань системи фізичного виховання: освітні, оздоровчі, виховні завдання.
6. Основні та допоміжні засоби фізичного виховання.
7. Фізичні вправи як основний засіб фізичного виховання. Зміст і форми фізичних вправ.
8. Поняття про техніку рухових дій, її компоненти: основа і деталі техніки.
9. Характеристика рухів: просторові, часові, просторово-часові, динамічні та ритмічні.
10. Фізичні вправи як засоби управління фізичним розвитком. Класифікація фізичних вправ.
11. Гігієнічні фактори як засіб фізичного виховання.
12. Загальна характеристика і класифікація методів фізичного виховання: специфічні і неспецифічні.
13. Характеристика методів суворо-регламентованої вправи. Навантаження і відпочинок як структурні складові.
14. Методи навчання руховим діям: цілісної і розчленованої вправи.
15. Методи, що спрямовані на розвиток фізичних здібностей.
16. Методи словесного впливу та методи наочного впливу.
17. Характеристика ігрового і змагального методів.
18. Загальна характеристика процесу навчання.
19. Поняття „рухове вміння” та „ рухова навичка”.
20. Основні етапи навчання рухових дій: початкове розучування, поглиблене розучування, закріплення і вдосконалення.
21. Сутність поняття „фізичні якості”. Загальна характеристика фізичних якостей людини.
22. Фізичні навантаження, відпочинок та їх різновиди.
23. Адаптація та її роль у вдосконаленні фізичних якостей.
24. Загальна характеристика сили як фізичної якості людини. Фактори, що зумовлюють силові можливості людини.
25. Методика розвитку силових здібностей, максимальної, швидкісної, вибухової сили.
26. Вікова динаміка природного розвитку сили.
27. Контроль силових можливостей та деякі особливості методики їх вдосконалення у школярів.
28. Загальна характеристика витривалості. Фактори, що зумовлюють витривалість людини.
29. Вікова динаміка природного розвитку витривалості та контроль за її розвитком.
30. Основи методики розвитку гнучкості. Загальна характеристика гнучкості. Фактори від яких залежить прояв гнучкості.
31. Загальна характеристика основних форм фізичного виховання школярів: урок; фізкультурно-оздоровчі форми у режимі навчального дня; позакласні заняття.
32. Урок. Характерні риси, типи, види, зміст. Структура уроку.
33. Організація діяльності учнів на уроці. Характеристика методів (фронтальний, груповий, індивідуальний).
34. Підготовка вчителя до уроку: попередня підготовка, безпосередня підготовка.
35. Дозування навантаження. Щільність уроку як умова досягнення необхідного навантаження.
36. Особливості змісту і методики проведення уроків з дітьми молодшого, середнього і старшого шкільного віку.
37. Загальні вимоги до уроку. Аналіз і самоаналіз уроку. Шляхи підвищення ефективності уроку.
38. Загальна характеристика спортивно-оздоровчих заходів у режимі навчального дня.
39. Загальна характеристика позакласних занять фізичними вправами.
40. Характерні особливості діючих модульних навчальних програм шкільного курсу “фізична культура”.
41. Некласифікаційні змагання, спортивно-художні свята, дні здоров’я – особливості їх проведення.
42. Планування і контроль з фізичного виховання школярів.
43. Характерні особливсті діючих модульних програм
44. Дотримання правил поведінки під час занять фізичною культурою
45. Взаємозв’язок фізичного виховання з іншими сторонами загальної системи виховання.
46. Реалізація принципів свідомості і активності.
47. Виховання стійкого інтересу до занять фізичними вправами.
48. Реалізація принципу наочності.
49. Принцип доступності і індивідуалізації.
50. Принцип систематичності, шляхи реалізації.
51. Виховні завдання системи фізичного виховання.
52. Моральне виховання у процесі занять фізичними вправами.
53. Вплив занять фізичними вправами на естетичне виховання.
54. Екологічне виховання у системі фізичного виховання.
55. Реалізація виховних завдань на уроках фізичної культури.
56. Організаційно-методичне забезпечення позакласної роботи в школі.
57. Фізичне виховання в сім’ї.
58. Фізичне виховання у літніх таборах відпочинку.
59. Фізичне виховання в дошкільних закладах.
60. Фізичне виховання у позашкільних закладах.

**ІІ. Практичні завдання з методики фізичного виховання школярів**

* 1. Сформулювати три освітні завдання уроку.
  2. Сформулювати три оздоровчі завдання уроку.
  3. Сформулювати три виховні завдання уроку.
  4. Розкрити методику визначення щільності уроку.
  5. Методика залучення школярів до самостійних занять фізичними вправами.
  6. Розробити орієнтовну програму “Дня здоров’я” в школі.
  7. Розробити програму спортивно-художнього свята в школі.
  8. Подати зразок календаря споривно-масових заходів у школі.
  9. Назвати рухливі ігри, які ляжуть у зміст великих перерв для учнів 5–7 класів.
  10. Скласти тематику виступів учителя фізкультури на загальношкільних батьківських зборах.
  11. Розкрити методику оцінювання діяльності учнів на уроках фізичної культури.
  12. Запропонувати тематику 2–3 конкурсів, які на вашу думку доцільно провести в умовах сучасної школи.
  13. Скласти орієнтовний план роботи з фізичної культури у літньому таборі відпочинку.
  14. Розкрити методику проведення гімнастики перед уроками.
  15. Розробити орієнтовну програму “Веселих стартів” для дітей молодшого шкільного віку.
  16. Скласти програму фізичного виховання дітей у сім’ї.
  17. Скласти орієнтовний розклад занять спортивних секцій.
  18. Скласти орієнтовну тематику роботи учнівського лекторію з питань фізичного виховання.
  19. Розкрити методику проведення спортивної групи в ГПД (групі продовженого дня).
  20. Скласти комплекс вправ для розвитку сили.
  21. Скласти комплекс вправ для розвитку швидкості.
  22. Скласти комплекс вправ для розвитку гнучкості.
  23. Скласти комплекс вправ для розвитку спритності.
  24. Скласти комплекс вправ для формування правильної постави.
  25. Скласти комплекс вправ для відновлення дихання.
  26. Запропонуйте 3-5 рухливих ігор для розвитку швидкості.
  27. Запропонуйте 3-5 рухливих ігор для розвитку спритності.
  28. Запропонуйте 3-5 рухливих ігор для розвитку сили.
  29. Запропонуйте 3-5 рухливих ігор для розвитку гнучкості
  30. Розробити етапи навчання технічного елементу з обраного виду спорту.

Зав. кафедри Мицкан Б. М.

**Вимоги до державного іспиту з теорії та методики фізичного виховання**

**для студентів ІV курсу напрямку підготовки 6.010203 - “здоров'я людини” факультету фізичного виховання і спорту на 2011–2012 навчальний рік**

* 1. Базові поняття теорії фізичного виховання: “фізична культура”, “фізичне виховання”, “фізичний розвиток”, “спорт”.
  2. Нормативно-правове, науково-методичне та програмове забезпечення системи фізичного виховання.
  3. Характеристика основних завдань системи фізичного виховання: освітні, виховні, оздоровчі.
  4. Характеристика основних і допоміжних засобів фізичного виховання.
  5. Фізичні вправи – основний засіб фізичного виховання, їх зміст і форма. Класифікація фізичних вправ.
  6. Поняття про техніку рухових дій, її компоненти: основа і деталі техніки.
  7. Загальна характеристика методів фізичного виховання.
  8. Ігровий і змагальний методи.
  9. Методи навчання рухових дій.
  10. Методи розвитку фізичних якостей.
  11. Вербальні методи навчання.
  12. Методика навчання руховим діям, етапи навчання.
  13. Фізичні навантаження і відпочинок, їх різновиди.
  14. Взаємозв’язок фізичного виховання з іншими сторонами загальної системи виховання.
  15. Методика виховання стійкого інтересу до занять фізичними вправами.
  16. Поняття “фізичні якості”, їх класифікація та характеристика.
  17. Поняття “м’язова сила”, вікова динаміка, методика розвитку, критерії оцінювання.
  18. Поняття “швидкісні здібності”, вікова динаміка, методика розвитку, критерії оцінювання.
  19. Поняття “гнучкість”, вікова динаміка, методика розвитку, критерії оцінювання.
  20. Поняття “спритність”, методика розвитку, критерії оцінювання.
  21. Поняття “витривалість”, вікова динаміка, методика розвитку, критерії оцінювання.
  22. Характерні риси, типи, види уроку фізичної культури, його структура.
  23. Основні вимоги до уроку, методика їх реалізації.
  24. Особливості методики проведення підготовчої, основної і заключної частини уроку.
  25. Поняття про щільність уроку, її різновиди.
  26. Підготовка вчителя до уроку (попередня, безпосередня).
  27. Особливості змісту і методика проведення уроків фізичної культури з учнями молодшого шкільного віку.
  28. Особливості змісту і методики проведення уроків фізичної культури в середніх класах.
  29. Особливості змісту і методики проведення уроків фізичної культури в старших класах.
  30. Дозування навантаження на уроках фізичної культури.
  31. Критерії оцінювання знань, умінь і практичних навиків на уроках фізичної культури.
  32. Планування навчальної та позакласної роботи в школі.
  33. Технологія розробки конспекту уроку з фізичної культури.
  34. Особливості фізичного виховання школярів за модульними навчальними програмами.
  35. Фізичне виховання дітей в сім’ї, форми роботи учителя фізичної культури з батьками.
  36. Особливості фізичного виховання школярів за місцем проживання.
  37. Особливості фізичного виховання у дитячих і молодіжних громадських організаціях.
  38. Фізичне виховання у дошкільних закладах.
  39. Фізичне виховання у позашкільних закладах.
  40. Особливості методики фізичного виховання дітей в літніх таборах відпочинку.

Зав. кафедри Мицкан Б. М.