

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ТОВ «ЗАХІДНОУКРАЇНСЬКИЙ КОЛЕДЖ «ПОЛІССЯ»»**

Циклова комісія педагогіки та фізичного виховання

**СПОРТИВНІ ТА РУХЛИВІ ІГРИ
З МЕТОДИКОЮ ВИКЛАДАННЯ
НАВЧАЛЬНА ПРОГРАМА**

Освітньої програми:

Фізична культура і спорт

Галузі знань:

01 Освіта / Педагогіка

Спеціальності:

017 Фізична культура і спорт

БЕРЕЗНЕ – 2025

РОЗРОБНИК ПРОГРАМИ:

Викладач



Іващук О.А.

Програму розглянуто і схвалено на засіданні циклової комісії педагогіки та фізичного виховання

Протокол №6 від «21» лютого 2025 року

Голова циклової комісії



Олександр ІВАЩУК

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Упродовж віків в Україні формувалися самобутні рухливі ігри, забави, естафети, у яких відображалися звичаї нашого народу, його побут та уява про світ. Нажаль, багато з них розгублено й забуто. Тому завдання фахівців - зібрати цей скарб, розробити класифікацію відповідно до віку та розвитку дітей, запропонувати педагогам, які працюють із дітьми шкільного віку, стислий і доступний зміст різноманітних ігор.

1. ПЕРЕДУМОВИ ДЛЯ ВИВЧЕННЯ ДИСЦИПЛІНИ

Навчальна дисципліна «Спортивні та рухливі ігри з методикою викладання» є складовою циклу професійної підготовки фахових молодших бакалаврів. Програма вивчення навчальної дисципліни «Спортивні та рухливі ігри з методикою викладання», складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки фахових молодших бакалаврів спеціальності 017 Фізична культура і спорт.

2. МЕТА, ЗАВДАННЯ, ПРЕДМЕТ ВИВЧЕННЯ ДИСЦИПЛІНИ

Мета навчальної дисципліни : вивчення студентами теоретичного матеріалу, ознайомлення і засвоєння необхідних навичок технічних дій з м'ячем та без м'яча на рівні навчальної програми, оволодіння методикою початкового навчання основним технічним прийомом гри та тактичним взаємодіям, а також організацією та проведенням змагань.

Завдання навчальної дисципліни:

- ознайомлення з історією розвитку спортивних ігор у світі, Європі та Україні;
- вивчення класифікації техніки і тактики гри;
- оволодіння методикою навчання і організацією навчально-тренувального процесу;
- удосконалення загальної та спеціальної фізичної підготовки;
- оволодіння знаннями і вміннями щодо організації і проведення змагань, методикою суддівства змагань;
- оволодіння знаннями щодо проведення науково-дослідної роботи з проблем спортивних ігор;
- оволодіння практичними вміннями і навичками щодо самостійного проведення занять із спортивних ігор.

Предмет вивчення навчальної дисципліни - вивчення загальних питань теорії спортивних ігор, методики навчання і тренування в спортивних іграх, формування професійно-педагогічних навиків та умінь, необхідних фахівцю в майбутній професійній діяльності.

3. ОЧІКУВАНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ

Інтегральна компетентність. Здатність вирішувати типові спеціалізовані завдання в галузі фізичної культури і спорту або у процесі навчання, щовимагає застосування положень і методів характеризуватися певною невизначеністю умов; нести відповідальність за результати своєї діяльності; здійснювати контроль інших осіб у визначених ситуаціях.

Загальні компетентності.

ЗК7. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів)

ЗК8. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

Спеціальні (фахові) компетентності.

СК2. Здатність до проведення занять, тренувань, уроків фізичної культури, організації фізкультурно-спортивних, оздоровчих заходів.

СК3. Здатність до формування серед різних груп населення навичок ведення здорового способу життя та використання рухової активності для задоволення основних потреб організму людини.

СК4. Здатність до використання знань про будову й функціонування організму людини для ефективної розробки індивідуальних та групових оздоровчих, навчально- тренувальних програм.

СК6. Здатність до застосовування методів, засобів, прийомів та організаційних форм під час організації і проведення фізичної культури і спорту.

СК7. Здатність до аналізу проявів психо-емоційного стану людини під час і після занять фізичною культурою і спортом.

СК 11. Здатність організовувати та проводити спортивно-оздоровчі заходи на регіональному рівні.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен:
Знати:

- теоретико-методичні основи викладання спортивних ігор: мету і завдання спортивних ігор;

- основні поняття, зміст і структуру заняття зі спортивних ігор та окремих його частин;

- історію, сучасне становище та Soft skills: перспективи розвитку спортивних ігор (баскетболу, волейболу, футболу);

- особливості розвитку фізичних якостей у баскетболі, волейболі, футболі;

- техніку безпеки під час проведення занять та змагань зі спортивних ігор;

- методику навчання технічним елементам у баскетболі, волейболі, футболі;

- методику навчання тактичним діям в баскетболі, волейболі, футболі;

- системи змагань у баскетболі, волейболі, футболі, правила гри та методику суддівства

- методику проведення занять зі спортивних ігор з різними групами населення;

- методи педагогічного контролю під час занять спортивними іграми.

Вміти:

- технічно вірно виконувати вправи у тренувальних та змагальних умовах, показуючи при цьому результати, що відповідають кваліфікаційним вимогам;

- складати конспекти, готувати місце для проведення занять та ігор, необхідний інвентар і устаткування;

- методично правильно проводити окремі частини та заняття в цілому з баскетболу, волейболу, футболу;
- структурувати заняття;
- використовувати сучасні методики навчання і тренування у процесі навчання;
- організовувати і проводити змагання з баскетболу, волейболу, футболу;
- обслуговувати в якості судді змагання.

4. КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

**навчальних досягнень здобувачів освіти з дисципліни
«Спортивні та рухливі ігри з методикою викладання»**

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	A	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	
74-81	C		
64-73	D	задовільно	
60-63	E		
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов’язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов’язковим повторним вивченням дисципліни

5. ЗАСОБИ ДІАГНОСТИКИ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

Засобами діагностики (оцінювання та демонстрування результатів навчання) є: регулярна перевірка завдань, виконаних як на заняттях, так і позааудиторний час, тематичне тестування, контрольна робота, диференційований залік, іспит.

6. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітня програма, освітньо-професійний ступінь	Характеристика навчальної дисципліни
		денна форма навчання
Кількість кредитів ECTS – 9 Загальна кількість годин – 270	Галузь знань: 01 Освіта / Педагогіка Спеціальність 017 Фізична культура і спорт Освітня програма: Фізична культура і спорт Освітньо-професійний ступінь: фаховий молодший бакалавр	Нормативна
		Рік підготовки: 1-й, 2-й рік
		Семестр – 2, 3, 4
		Лекційні – 90
		Практичні - 90
		Самостійна робота – 90
		Вид контролю: диференційований залік, іспит

7. ЗМІСТ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ТЕМА I. ІСТОРІЯ РОЗВИТКУ СПОРТИВНИХ ІГОР. Сутність та історія розвитку спортивних ігор в світі. Історія розвитку спортивних ігор в Європі. Історія розвитку спортивних ігор в Україні. Еволюція правил ігор. Сучасний стан розвитку спортивних ігор. Досягнення українських спортсменів. Спортивні ігри у різних ланках системи фізичної культури і спорту. Використання можливостей спортивних ігор у фізичному вихованні дітей. Використання можливостей спортивних ігор у фізичному вихованні дорослих. Класифікація спортивних ігор. Характеристика спортивних ігор. Оздоровче, освітнє та виховне значення спортивних ігор.

ТЕМА II. БАСКЕТБОЛ. Виникнення, становлення та сучасний стан розвитку баскетболу. Характеристика баскетболу як ігрового виду спорту і засобу фізичного виховання. Класифікація техніки і тактики гри. Аналіз основних ігрових прийомів. Дидактичні і специфічні (спортивні) принципи навчання і тренування. Методи навчання та тренування. Форми організації тренувальних занять. Методика спортивного тренування. Тренувальні і змагальні навантаження у спортивному тренуванні. Регулювання тренувальних і змагальних навантажень.

Засоби відновлення. Структура навчання техніко-тактичним діям і виховання фізичних якостей у баскетболі. Наступність та взаємообумовленість у навчанні технічних елементів і тактичних дій. Особливості проведення занять з різним контингентом людей. Методика початкового навчання техніці переміщень. Виявлення переможців змагань. Аналіз правил гри та методика суддівства змагань з баскетболу. Особливості змагань з баскетболу з особами, які мають інвалідність. Правила гри в баскетбол з особами, які мають інвалідність.

ТЕМА III. ВОЛЕЙБОЛ. Історія виникнення волейболу як виду рухової активності і виду спорту. Історія розвитку волейболу в Україні. Сучасне становище та перспективи розвитку волейболу. Перспективи розвитку волейболу. Історія розвитку волейболу з людьми, які мають інвалідність. Основи методики навчання волейболу. Характеристика волейболу як ігрового виду спорту і засобу фізичного виховання. Класифікація техніки і тактики гри. Аналіз основних ігрових прийомів. Навчання техніко-тактичним діям і виховання фізичних якостей у волейболі. Використання підготовчих, вправ. Використання підвідних вправ. Використання основних (змагальних) вправ. Використання спеціальних вправ. Методика навчання техніки гри у нападі та захисті. Особливості методики проведення занять з волейболу з особами, які мають інвалідність. Методика навчання техніко-тактичним прийомам з волейболу для осіб з вадами слуху, зору. Методика навчання техніко-тактичним прийомам з волейболу для осіб з вадами опорно-рухового апарату, з порушенням інтелекту. Розподіл і регулювання фізичних навантажень. Методика контролю техніки виконання основних ігрових прийомів. Основи викладацької діяльності. Підготовка місць проведення змагань, необхідного інвентарю й обладнання. Правила змагань. Розробка та оформлення документації змагань.

ТЕМА IV. ФУТБОЛ. Історія виникнення футболу як виду рухової активності і виду спорту. Історія розвитку футболу в Україні. Сучасне становище та перспективи розвитку футболу. Футбол у програмі Олімпійських ігор. Історія розвитку футболу з людьми, які мають інвалідність. Техніка нападу. Техніка переміщення: стійки. ходьба. Техніка переміщення: біг, біг спиною вперед. Техніка переміщення: зупинки, повороти, стрибки. Техніка володіння м'ячем: зупинки, ведення. Техніка володіння м'ячем: передачі м'яча, удар ногою і головою по воротах. Техніка захисту. Техніка відбирання та вкидання м'яча. Техніка відбирання та вкидання м'яча. Технічні прийоми гри воротаря. Тактичні дії в нападі. Тактичні системи нападу: індивідуальні, групові і командні дії в нападі. Тактичні дії у захисті. індивідуальні, групові і командні дії в захисті. Особливості методики проведення занять з футболу. Дидактичні і специфічні (спортивні) принципи навчання і тренування. Методи навчання та спортивного тренування. Тренувальні і змагальні навантаження у спортивному тренуванні. Регулювання тренувальних і змагальних навантажень. Методика навчання техніки гри у нападі та захисті. Особливості методики проведення занять з футболу з особами, які мають інвалідність. Методика навчання техніко-тактичним прийомам з футболу для осіб з вадами слуху, зору. Методика навчання техніко-тактичним прийомам з футболу для осіб з вадами опорно-рухового апарату, з порушенням інтелекту.

Види змагань. Організація і планування змагань. Системи розіграшу. Виявлення переможців змагань. Аналіз правил гри та методика суддівства змагань з футболу. Особливості змагань з футболу з особами, які мають інвалідність. Правила гри в футбол з особами, які мають інвалідність.

ТЕМА V. ГАНДБОЛ. Історія виникнення гандболу. Гандбол в Україні. Характеристика гандболу як ігрового виду спорту. Характеристика гандболу як засобу фізичного виховання. Класифікація техніки і тактики гри. Аналіз основних прийомів гри. Структура навчання ігровим прийомам і виховання фізичних якостей. Структура навчання техніко-тактичним. Взаємозв'язок розвитку фізичних якостей з оволодінням техніко-тактичними діями. Методика навчання техніко-тактичним прийомам. Методика навчання техніки. Підготовка місць проведення змагань, необхідного інвентарю й обладнання. Правила змагань. Розробка та оформлення документації змагань.

ТЕМА VI. РУХЛИВІ ІГРИ. Гра в історії суспільства та в житті людини. Поняття про гру. Виникнення гри, гра як засіб виховання. Гра як соціальне явище. Місце рухливих ігор у системі підготовки вчителів фізичного виховання. Вітчизняні, суспільні діячі, педагоги і вчені про рухливі ігри. Ігрова діяльність у всебічному та гармонійному розвитку особистості. Методика застосування рухливих ігор. Педагогічне значення рухливих ігор та їх характеристика у зв'язку з віковими особливостями гравців. Основи методики проведення рухливих ігор з дітьми різних вікових груп. Вимоги до організації змагань з рухливих ігор. Правила застосування ігор в оздоровчому таборі. Особливості рухливих ігор, їх відмінність від спортивних. Класифікація та групування рухливих ігор. Характеристика рухливих ігор, їх оздоровче, освітнє, виховне та розвивальне значення. Рухливі ігри як засіб та метод фізичного виховання. Взаємозв'язок рухливих ігор з іншими засобами фізичного виховання. Особливості реалізації ігор з різним контингентом людей. Рухливі ігри у різних навчально-виховних формах роботи. Особливості реалізації ігор з різним контингентом людей. Організація і проведення навчальної та тренувальної роботи зі спортивних ігор в загальноосвітній та спортивній школі. Загальні та спеціальні засоби підготовки. Тестування і відбір дітей для секційних занять. Комплектування, підготовка, управління командою під час змагань. Експертна оцінка оволодіння спеціальними вміннями та навичками. Проведення окремих частин уроку за завданням викладача. Самостійний підбір вправ для вирішення поставлених завдань на уроці. Суддівська жестикуляція. Суддівська практика. Правила гри. Суддівська колегія. Суддівська бригада. Використання ігор для морально-вольової підготовки.

8. МЕТОДИ НАВЧАННЯ

При викладанні дисципліни застосовуються словесні, наочні та практичні методи навчання; словесні та наочні – під час лекційних занять та консультацій, практичні – під час практичних та самостійних робіт. Зокрема, застосовуються інтерактивні методи подання навчального матеріалу: створення проблемних ситуацій; робота у великих і малих групах (умовно «фахових»); рольові вправи, наближені до виробничих ситуацій; виконання евристичних вправ; метод «моделювання ситуації (переважно виробничої)» тощо. Застосовуються комп'ютерні, інтернет-технології та спонукання здобувачів освіти до їх використання, що оптимізує, інтенсифікує освітній процес, адже є не тільки джерелом навчальної текстової та відеоінформації, а й дає можливість конструювання, відтворення певних виробничих ситуацій, у яких реалізуються здобуті теоретичні знання, набуті практичні навички за фахом.

9. РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА

1. Борисов О.О. Основи теорії методики викладання волейболу і футболу: навальний посібник. Київ, 2004. 664 с.
2. Вознюк Т.В., Ковальчук А.А., Ковальчук О.В. Волейбол у закладах вищої освіти: навчальний посібник. Вінниця: ТОВ «Твори», 2019. 280 с.
3. Волейбол : навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю. К., 2009. 138 с.
4. Драчук А. І., Свірщук Н. С. Теорія і методика викладання гандболу : навчальний посібник. Вінниця: «Ландо ЛТД», 2012. 152 с.
5. Костюкевич В. М., Вознюк Т. В., Драчук А. І. Теорія і методика викладання спортивних ігор. Вінниця : Планер, 2012. 228 с.
6. Костюкевич В.М., Вознюк Т.В., Драчук А.І. Теорія і методика викладання спортивних ігор. Вінниця: Планер, 2012. 228 с.
7. Кубраченко А. Г., Ткачук В. Г., Голуб В. П. Система підготовки гандболістів. К. : Київдрук, 2013. 556 с.
8. Курочкін В.Г. Основи теорії і методики викладання баскетболу та гандболу : навчальний посібник. К. : ПП Люскар, 2004. 438 с.
9. Офіційні волейбольні правила 2017 – 2020 рр. [Електронний ресурс]. Режим доступу до ресурсу: http://advu.com.ua/sites/default/files/oficiyni_pravyla_voleybolu.pdf
10. Піменов М.П. Волейбол. Спеціальні вправи. Івано-Франківськ: Лілея НВ, 2001. 196 с.
11. Прозар М.В., Козак Є.П. Теорія і методика викладання спортивних ігор (волейбол): навчальний посібник [для факульт. фіз. вих. і сп. вищих навч. закладів III-IV рівнів акредитації]. Кам'янець-Подільський: ТОВ «Друкарня Рута», 2015. 234 с. [Електронний ресурс]. Режим доступу до ресурсу: <http://elar.kpnu.edu.ua:8081/xmlui/handle/123456789/1522>.
12. Пустовалов В.О. Волейбол (теорія і методика навчання): навчальнометодичний посібник. Черкаси. 2011. 65 с. [Електронний ресурс]. Режим доступу до ресурсу: [http://fizkult.cdu.edu.ua/attachments/article/81/Пустовалов В. О. Волейбол \(теорія і методика навчання\).pdf](http://fizkult.cdu.edu.ua/attachments/article/81/Пустовалов%20В.%20О.%20Волейбол%20(теорія%20і%20методика%20навчання).pdf)
13. Тищенко В. О. Гандбол : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Запоріжжя : Акцент Інвест-трейд, 2014. 232 с.
14. Бикова О. О., Червона С. П. Теорія та методика викладання гандболу : навчальний посібник. Харків : ХГАФК, 2006. 160 с.
15. Вознюк Т.В. Сучасні ігрові види спорту: навчальний посібник. Вінниця: ДОВ «Вінниця», 2008. 350 с.
16. Гандбол. Міжнародні правила гри. К., 2016. 88 с.

17. Кічук С.Ф., Авраменко В.Г., Лобанков В.С., Гавров Ю.Л. Спортивні та рухливі ігри з методикою викладання. Тестові завдання. Тернопіль. 2003. 186 с.

18. Козина Ж.Л. Индивидуализация подготовки спортсменов в игровых видах спорта : монография. Харьков, 2009. 396 с.

19. Костюкевич В. М. Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту). Навчальний посібник. Вінниця: Планер, 2014. 616 с.

20. Костюкевич В.М. Організація і проведення змагань із спортивних ігор: навчальний посібник. Вінниця: «Планер», 2005. 216 с.

21. Левків В. І., Кудріна Н. В., Згоба В. Л. Теорія і методика викладання гандболу : метод. посіб. Львів : ЛДУФК, 2011. 136 с.

22. Селезньова Т. В. Гандбол з методикою викладання : навчальний посібник для студентів факультетів фізичного виховання та спорту, вчителів фізичної культури, тренерів-викладачів та спортсменів. Херсон, 2004. 170 с. 15.

Інформаційні ресурси

1. Інституційний репозитарій Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Факультет фізичного виховання і спорту [Електронний ресурс]. Режим доступу до ресурсу: <http://93.183.203.244/handle/123456789/7>

2. Міжнародний науково-теоретичний журнал «Наука в олимпийском спорте». [Електронний ресурс]. Режим доступу до ресурсу: <http://sportnauka.org.ua/>

3. Науково-теоретичний журнал «Теорія і методика фізичного виховання і спорту». [Електронний ресурс]. Режим доступу до ресурсу: <http://tmfvjournal.uni-sport.edu.ua/>

4. Національна бібліотека України імені В.І. Вернадського. [Електронний ресурс]. Режим доступу до ресурсу: www.nbuv.gov.ua

5. Електронні ресурси Федерацій видів спорту України та світу, сайту МОК.