**НАВЧАЛЬНО - ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН**

* + - * 1. **курсів підвищення кваліфікації педагогічних працівників вчителів фізичної культури**

| *Назва дисципліни* | *Зміст навчальної дисципліни* | *Розподіл годин* |
| --- | --- | --- |
| Разом | Лекційні | Практичні |
| Педагогіка | Актуальні питання сучасної педагогіки | 4 | 2 | 2 |
|  | Організація роботи колективу фізичної культури в школі | 2 | 2 | - |
|  | Оптимізація сімейного та шкільного фізичного виховання | 2 | 2 | - |
|  | **Передбачено за планом:** | 8 | 6 | 2 |
| Психологія | Актуальні питання сучасної психології | 6 | 4 | 2 |
| Вікові і статеві психологічні особливості занять фізичною культурою в школі | 2 | 2 | - |
| **Передбачено за планом:** | 8 | 6 | 2 |
| Теорія і методика фізичного виховання | Науковий підхід до планування роботи з фізичної культури та спорту. | 2 | 2 | - |
| Аналіз шкільних програм з фізичної культури. | 2 | 2 | - |
| Урок фізичної культури – основна форма проведення фізичного виховання дітей у школі. | 2 | 2 | - |
| Засоби запобігання травматизму під час занять фізичними вправами. | 2 | 2 | - |
| Організація спортивно-оздоровчих заходів в школі. | 2 | 2 | - |
| Організація занять спортивних секцій в школі. | 2 | 2 | - |
| Науковий підхід у викладанні спортивних ігор в школі. | 2 | 2 | - |
| Новітні підходи у викладанні гімнастики на уроках фізичної культури. | 2 |  | 2 |
| Легка атлетика як основний засіб фізичного виховання школярів. | 2 |  | 2 |
| Оптимізація занять з професійно-прикладної підготовки школярів старших класів. | 2 | 2 | - |
| Організація туризму в школі | 2 | 2 | - |
| Атлетизм на уроках фізичної культури в школі. | 2 |  | 2 |
| **Передбачено за планом:** | 24 | 18 | 6 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *Назва дисципліни* | *Зміст навчальної дисципліни* | *Розподіл годин* |
| Разом | Лекційні | Практичні |
| Фізіологія | Вікові і статеві анатомо-фізіологічні особливості занять фізичною культурою в школі | 4 | 2 | 2 |
| **Передбачено за планом:** | 4 | 2 | 2 |
| Фізичне виховання в спец. мед. групах з основами масажу | Науковий підхід в організації занять в спец. мед. групахЛікувальна фізична культура при різних захворюваннях у школярів.Медико-біологічні основи масажу.  | 222 |  | 222 |
| **Передбачено за планом:** | 6 | - | 6 |
|  | **Випускна робота** | 25 | - | - |
|  | **ВСЬОГО:** | 75 | 34 | 16 |

1. **Інформаційний обсяг програми курсів підвищення кваліфікації педагогічних працівників вчителів фізичної культури**

Навчальна дисципліна 1 **Педагогіка** (8 годин – з них 6 г. – лекційні; 2 г. – практичні):

Тема № 1: Актуальні проблеми сучасної педагогіки

1. Напрямки оновлення освіти педагогічній системі України.
2. Дидактичні основи особистісно-орієнтованого навчання.
3. Дистанційна освіта в сучасній освітній діяльності.

Тема № 2: Організація роботи колективу фізичної культури в школі

1. Роль педагогічного колективу у розв’язанні завдань фізичного виховання учнів.

2. Організаційна, навчально-спортивна, спортивно-масова робота.

3. Позашкільна робота з фізичного виховання.

Тема № 3: Оптимізація сімейного та шкільного фізичного виховання

1.Організація заходів у школі з метою оздоровлення та проведення цікавого досугу дітей та їх батьків.

2.Використання нетрадиційних методів оздоровлення у фізичному вихованні.

Навчальна дисципліна 2 **Психологія** (8 годин – з них 6 г. – лекційні; 2 г. – практичні):

Тема № 1: Актуальні питання сучасної психології.

1. Основні закономірності психічного розвитку учнів загальноосвітньої школи та фактори впливу на розвиток особистості.

2. Кризи вікового розвитку та їх врахування вчителем фізичної культури.

3. Сучасні тенденції формування мотивації до занять фізичною культурою та спортом у школярів.

4. Розвиток самостійності на уроках фізичної культури та формування психологічної зрілості учнів.

Тема № 2: Облік вікових і статевих особливостей учнів на заняттях фізичною культурою в школі.

1. Гендерні відмінності учнів середніх та старших класів та їх врахування при плануванні занять з фізичної культури та позашкільних заходів.

2. Психологічні закономірності розвитку молодших школярів та їх облік в організації фізичного виховання.

3. Психологічні закономірності розвитку підлітків та їх облік в організації фізичного виховання в загальноосвітній школі.

4. Психологічні закономірності розвитку старшокласників та їх облік в організації заходів з фізичного виховання.

Навчальна дисципліна 3 **Теорія і методика фізичного виховання** (24 годин – з них 18 г. – лекційні; 6 г. – практичні):

Тема №1: Науковий підхід до планування роботи з фізичної культури та спорту.

1. Основні документи планування.

2. Облік навчальної роботи.

Тема № 2: Аналіз шкільних програм з фізичної культури.

1.Використання тестування при оцінці фізичних якостей школярів.

2.Нормативні вимоги при оцінюванні успішності у фізичній культурі.

3.Розробка та використання авторських програм при проведенні уроків фізичної культури.

Тема № 3: Урок фізичної культури – основна форма проведення фізичного виховання дітей у школі.

1. Урочні форми занять гімнастикою;
2. Щільність уроку;
3. Самостійні форми занять гімнастикою.
4. Місця занять гімнастикою та їх обладнання.

Тема № 4: Засоби запобігання травматизму під час занять фізичними вправами.

1. Причини травматизму на уроках фізичної культури;

2. Заходи попередження травматизму на заняттях фізичними вправами.

3. Характеристика травматичних ушкоджень та перша допомога.

Тема № 5: Організація спортивно-оздоровчих заходів в школі.

1. Спортивні свята.
2. Шкільні та міські змагання.

Тема № 6: Організація занять спортивних секцій в школі.

1. Спортивна орієнтація і відбір до спортивної секції;

2. Календарний план-графік навчально-тренувального процесу з виду спорту;

3. План-конспект навчально - тренувального заняття;

4. Комплексний контроль успішності юних спортсменів.

Тема № 7: Науковий підхід у викладанні спортивних ігор в школі.

1. Ознайомлення зі змінами правил в спортивних іграх;
2. Взаємодія техніки і тактики гри, як компонент якості навчання.
3. Комплексний контроль в оцінюванні успішності в оволодінні спортивними іграми.

Тема № 8: Новітні підходи у викладанні гімнастики на уроках фізичної культури.

1.Історичний огляд розвитку гімнастики та використання досвіду викладання гімнастики в школі.

2.Гімнастика як засіб оздоровлення школярів.

Тема № 9: Легка атлетика як основний засіб фізичного виховання школярів.

1.Методика навчання спортивної ходьби та бігу.

2.Основи техніки та методики навчання метання та стрибка у довжину.

3.Розвиток бистроти на уроках фізкультури.

Тема № 9: Науковий підхід в організації занять в спец. мед. групах.

1. Розподіл школярів на групам відповідно до критеріїв оцінки здоров'я;

2. Особливості організації фізичного виховання учнів підготовчої, та спеціальної медичних груп.

3. Методика оздоровчо-профілактичних занять з учнями, які мають різні захворювання.

Тема № 10: Оптимізація занять з професійно-прикладної підготовки школярів старших класів.

1. Професійно-прикладна фізична культура у виборі майбутньої професії.

2. сучасні технології формування рухового динамічного стереотипу, як чинник професійно-прикладної фізичної підготовки.

3. Сучасні інформаційно-комунікаційні технології в забезпечені якості професійно - прикладної фізичної підготовки школярів.

Тема № 11: Організація туризму в школі

1.Різновиди туризму.

2.Особливості організації туризму як аспекту виховної та оздоровчої роботи в школі.

Тема № 12: Атлетизм на уроках фізичної культури в школі.

1.Фізичні вправи для удосконалення гнучкості, вправи власною вагою, вправи на обтяження.

2.Розробка тренувальних програм силової направленості.

3.Розробка тренувальних програм на розвиток аеробної витривалості.

4.Технології силових тренувань.

Навчальна дисципліна 4 **Фізіологія** (4 годин – з них 2 г. – лекційні; 2 г. – практичні):

Тема № 1: Вікові і статеві анатомо-фізіологічні особливості занять фізичною культурою в школі.

1. Анатомо-фізіологічні особливості дітей шкільного віку;

2. Вплив занять фізичною культурою на функціональні системи школярів.

3. Механізм лікувальної дії фізичних вправ.

Навчальна дисципліна 5 **Фізичне виховання в спец. мед. групах з основами масажу** (6 годин – з них - г. – лекційні; 6 г. – практичні):

Тема № 1: Науковий підхід в організації занять в спец. мед. групах

1.Визначення стану здоров’я дітей.

2.Розподіл школярів на медичні групи.

 Тема № 2 : Лікувальна фізична культура при різних захворюваннях у школярів

1.Основи ЛФК.

2.Методика проведення занять ЛФК в школі.

Тема № 3 : Медико-біологічні основи масажу

1.Вимоги до проведення масажу.

2.Особливості використання елементів масажу у фізичному виховання школярів.

1. **Список рекомендованої літератури**
2. Бурчуков И.С. Физическая культура : учебное пособие для ВУЗов / И.С. Бурчуков – М. : ЮНИТИ-ДАНА, 2003. – 420 с.
3. Верховська М.В. Формування готовності майбутніх учителів фізичної культури до використання фікультурно-оздоровчіх технологій у професійній діяльності / М.В. Верховська. – Запоріжжя : Класичний приватний університет, 2015. – 290 с.
4. Волкова Н.П. Педагогіка : Навчальний посібник / Н.П. Волкова. – К. : Академвидав, 2007. – 388 с.
5. Галузинський В.М. Педагогіка: теорія та історія: навч. посібник / В.М. Галузинський, М.Б. Євтух. – К., 1996. – 373 с.
6. Демінський О.Ц. Оптимізація навчально-тренувального процесу: навчально-методичний посібник / О.Ц. Демінський. – Херсон : Айлант, 2002. – 200 с.
7. Забродський М. М. – Педагогічна психологія : курс лекцій / М. М. Забродський. – К. : МАУП, 2000. – 189 с.
8. Земцова І.І. Спортивна фізіологія: навчальний посібник для студентів, магістрантів, аспірантів галузі фізичного виховання і спорту / І.І. Земцова. – К. : Олімпійська література, 2008. – 204 с.
9. Кутішенко В.П. Вікова та педагогічна психологія: навчальний посібник / В.П. Кутішенко. – К. : Центр навчальної літератури, 2005. – 128 с.
10. Лапунин А.М. Біомеханіка спорту / А.М. Лапунин. – К. : Олімпійська література, 2005. – 290 с.
11. Павелків Р. В. Педагогічна психологія: (теоретичні концепції та практикум) : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл / Р. В. Павелків. – Рівне, 2003. – 297 с.
12. Педагогічна майстерність: Підручник / За ред. І.А. Зазюна. – К. : Вища школа, 2004. – 405 с.
13. Плахтій П.Д. Фізіологія фізичних вправ : підручник / П.Д. Плахтій, А.І. Босенко, А.В. Макаренко. – Кам’янець-Подільський : ТОВ «Друкарня Рута», 2015. – 348 с.
14. Пономарьова Г.Ф. Педагогіка фізичного виховання: сучасні організаційні технології у загальноосвітньому навчальному закладі: навч.-метод. посіб. для вищ. навч. закл. / Г.Ф. Пономарьова, О.В. Бровін. – Х. : О.В., 2013. – 366 с.
15. Присяжнюк С.І. Фізичне виховання: навчальний посібник / С.І. Присяжнюк. – К. : Центр учб. література, 2013. – 268 с.
16. Присяжнюк С.І. Фізичне виховання / С.І. Присяжнюк. – К. : ЦУЛ, 2008. – 288 с.
17. Рыбковский А.Г. Система организации двигательной активности человека / А.Г. Рыбковский, С.М. Канишевский. – Донецк : ДонНУ, 2003. –384 с.
18. Савчин М. В. Вікова психологія / М. В. Савчин. – К.: Академвидав, 2006. – 360 с.
19. Сергієнко Л.П. Методичні рекомендації з курсу теорія і методика фізичного виховання / Л.П. Сергієнко, С.М. Борщов, М.В. Шелудешева. – Слов’янськ, 2007. – Ч. 1. – 69 с.
20. Сергієнко Л.П. Методичні рекомендації з курсу теорія і методика фізичного виховання / Л.П. Сергієнко, С.М. Борщов, М.В. Шелудешева. – Слов’янськ, 2007. – Ч. 2.– 84 с.
21. Серьожнікова Р.К. Основи психології і педагогіки / Р.К. Серьожнікова. – К. : Центр навч. л-ри, 2003. – 300 с.
22. Скрипченко О.В. Вікова і педагогічна психологія: навч. посіб. / О.В. Скрипченко. – К.: Каравела, 2008. – 399 с.
23. Трофімов Ю.Л. Психологія: підручник / Ю.Л. Трофімов, В.В. Рибалка. – К. : Либідь, 2001. – 560 с.
24. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта : учебное пособие для студентов ВУЗов / В.С. Кузнецов, Ж.К. Холодов. – М. : Академия, 2002. – 390 с.
25. Худолій О.М. Основи методики викладання гімнастики / О.М. Худолій. – Харків. : Фірма «Консум»,1998. – 292 с.
26. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б.М. Шиян. – Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2008. – Ч. 1. – 408 с.
27. **Форма підсумкового контролю результатів навчання -** виконання випускної роботи (тематика випускних робіт слухачівкурсів підвищення кваліфікації)
28. Дослідження питань лідерства у юнацькій команді з футболу.
29. Вікові особливості фізичної підготовленості у юних баскетболістів.
30. Лідерство як засіб управління підготовкою юних баскетболістів.
31. Діагностика і розвиток “швидкодії” юних волейболістів 10-13 років.
32. Диференційована методика підготовки школярів стрибкам у довжину на уроках фізичної культури.
33. Ефективність занять аеробікою в підготовчій частині уроку фізичної культури.
34. Типологія рухових здібностей школярів старшого шкільного віку.
35. Динаміка структури фізичної підготовленості дівчаток 9-14 років.
36. Розвиток витривалості у 11-14 річних школярів в умовах загальноосвітньої школи.
37. Спритність – комплекс рухових і психічних здібностей школярів.
38. Рухові можливості школярів старшого шкільного віку різних конституціональних типів.
39. Індивідуальна оцінка фізичної підготовленості школярів.
40. Спортивний туризм - ефективна форма організації фізичного виховання підлітків.
41. Методика фізичного виховання школярів в оздоровчому таборі.
42. Диференційована фізична підготовка школярів старшого шкільного віку.
43. Значимість швидкісних здібностей школярів у бігу на короткі дистанції.
44. Диференційована швидкісно-силова підготовка юних волейболістів.
45. Індивідуальний підхід до учнів в процесі навчання гімнастичних вправ.
46. Залежність засвоєння техніки гімнастичних вправ від рівня їх осмислення.
47. Естетичне виховання на уроках гімнастики.
48. Гра – як метод вивчення техніки гімнастичних вправ на уроках фізичної культури.
49. Особистісний підхід і його значення при навчанні школярів гімнастичним вправам та оцінці їх виконання.
50. Основні методи початкового навчання технічним діям в спортивній боротьбі.
51. Психолого-педагогічні аспекти використання рухливих ігор в спортивній боротьбі.
52. Характеристика роботи спортивної секції з боротьби в загальноосвітній школі.
53. Оптимізація навчальних занять у школі з пауерліфтингу.
54. Методика розвитку силових якостей на уроках фізичної культури.
55. Особливості педагогічного контролю на уроках з плавання.
56. Критерії відбору школярів для занять з плавання.
57. Оптимізація навчальних занять у школі з плавання.
58. Оцінка фізичного розвитку плавців молодшої вікової групи.
59. Теоретичні і практичні основи розвитку фізичних якостей плавців