

Теорія і методика фізичного виховання як наукова та навчальна дисципліна.
Вихідні поняття теорії і методики фізичного виховання.
Джерела та етапи розвитку теорії і методики фізичного виховання.
Структура навчальної дисципліни "Теорія і методика фізичного виховання".
Методи дослідження в теорії і методиці фізичного виховання.
Фізичне виховання як соціальне явище (Т.Ю.Круцевич, В.В.Петровський).
Фактори, що обумовлюють виникнення та розвиток фізичного виховання.
Напрями функціонування фізичного виховання як соціального явища.
Специфічні ознаки фізичного виховання.
Система фізичного виховання.
ЗАГАЛЬНІ ОСНОВИ ТЕОРІЇ І МЕТОДИКИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ.
Педагогічний процес у сфері фізичного виховання(Ю.Ф.Курамшин).
Принципи та їх значення у сфері фізичного виховання.
Специфічні особливості і структурні компоненти педагогічногопроцесу при формуванні фізичної культури людини.
Методичні принципи фізичного виховання.
Принципи побудови занять у процесі фізичного виховання.
Виховання особистісних якостей тих, хто займається фізичними вправами.
Особистість викладача фізичного виховання, вимоги до йогопрофесійної майстерності.
Засоби фізичного виховання (Ю.Ф. Курамшин).
Поняття про засоби. Фізичні вправи — основний і специфічний засібфізичного виховання.
Фактори, що визначають вплив фізичних вправ.
Класифікація фізичних вправ.
Зміст і форма фізичних вправ.
Поняття про техніку фізичних вправ та її характеристика.
Сили природи та гігієнічні фактори як засоби фізичного виховання.
Навантаження і відпочинок як взаємопов'язані компоненти виконання фізичних вправ (М.М. Линець, В.М. Платонов).
Загальна характеристика фізичного навантаження.
Регулювання зовнішньої сторони навантаженняшляхом зміни його компонентів.
Внутрішня сторона фізичного навантаження.
Відпочинок між фізичними навантаженнями як фактор оптимізації тренувальних дій.
Негативна дія надмірного фізичного навантаження на стан фізичної підготовленості та здоров'я.
Методи, що застосовуються у фізичному вихованні(Ю.Ф.Курамшин, В.В.Петровський).
Вихідні поняття: "метод", "методичний прийом", "методика", "методичний підхід", "методичний напрям".
Сучасні уявлення про класифікацію методів. Загальні вимоги до їх вибору.
Основи теорії" адаптації" та закономірності її використанняу фізичному вихованні (Т.Ю. Круцевич, В.М. Платонов).
Види та стадії формування адаптаційних реакцій організму людини.
Закономірності формування накопичувальної адаптації в процесі фізичного виховання.
Навчання рухових дій (Т.Ю. Круцевич, Г.Г. Смоліус).
Методологічні основи теорії навчання рухових дій.
Педагогічні основи навчання рухових дій.
Фізіологічні основи управління руховими діями.
Предмет і завдання навчання у фізичному вихованні.
Структура процесу навчання рухових дій.
Розвиток фізичних якостей (М.М. Булатова, М.М. Линець, В.М.Платонов).
Загальна характеристика фізичних якостей.
Основи методики розвитку силових якостей.
Основи методики розвитку швидкості.
Основи методики розвитку витривалості.
Основи методики розвитку гнучкості.
Основи методики розвитку координації.
Методичні рекомендації до попередження травм у процесі фізичної підготовки.
Контроль за розвитком фізичних якостей.
Розвиток силових якостей і м'язової маси в культуризмі.
Форми організації" занять (О.В.Давиденко, Г.Г. Смоліус).
Загальна характеристика форм організації занять.

Теоретичне обґрунтування структури занять у фізичному вихованні.
Основні аспекти побудови занять у фізичному вихованні.
Урочні форми організації занять у фізичному вихованні.
Загальна характеристика занять позаурочного типу.
Планування, контроль і облік у процесі занять фізичними вправами (Г.Ф. Шитікова).
Поняття про планування, його види і зміст.
Поняття контролю та обліку у процесі фізичного виховання.
Управління процесом фізичного виховання (Т.Ю. Круцевич, В.В. Петровський).
Передумови до управління.
Моделювання у фізичному вихованні.
Прогнозування у фізичному вихованні.
Контроль в управлінні фізичним вихованням.
Програмування занять у фізичному вихованні.
Корекція програм занять у процесі фізичного виховання.
Ефективність системи фізичного виховання.
Список рекомендованої літератури.

2-й том

Рухова активність та здоров'я дітей і підлітків (Т.Ю. Круцевич).
Соціальні та особистісні потреби школярів у руховій активності.
Біологічна потреба організму в руховій активності.
Норми рухової активності дітей і підлітків.
Фізичне виховання дітей дошкільного віку (Є.С. Вільчковський, Т.Ю. Круцевич).
Соціально-педагогічне значення фізичного виховання.
Вікова періодизація дітей.
Фактори, що впливають на стан здоров'я новонародженого.
Особливості різних вікових періодів дошкільників.
Новонароджений.
Зміст і методика фізкультурно-оздоровчих занять з дітьми передшкільного віку.
Зміст і методика фізкультурно-оздоровчих занять із дітьми дошкільного віку.
Фізична культура у системі загальної освіти дітей шкільного віку (Г.Г. Смоліус, Г.Ф. Шитікова, Є.В. Давиденко).
Соціально-педагогічне значення фізичної культури дітей шкільного віку.
Мета, завдання і спрямованість фізичного виховання дітей шкільного віку.
Форми занять у системі фізичного виховання.
Зміст та особливості викладання предмета "Фізична культура" у школі.
Підготовка педагога до уроку.
Контроль на уроках фізичної культури.
Методика планування роботи з фізичного виховання у школі.
Основи фізичного виховання школярів із ослабленим здоров'ям. Спеціальні медичні групи (Є.В. Давиденко, Р.В. Чудна).
Критерії диференціації школярів за рівнем здоров'я у процесі фізичного виховання.
Завдання фізичного виховання дітей із ослабленим здоров'ям.
Реалізація принципів фізичного виховання.
Особливості засобів фізичного виховання ослаблених дітей.
Особливості методики занять зі спеціальними медичними групами.
Дозування фізичного навантаження.
Особливості методики фізичного виховання школярів, які часто хворіють на гострі респіраторні захворювання.
Особливості методики фізичного виховання при функціональних порушеннях дихальної системи.
Особливості методики фізичного виховання при функціональних порушеннях серцево-судинної системи.
Особливості методики фізичного виховання при функціональних порушеннях нервової системи.
Профілактика порушень постави та методи її виправлення в умовах школи.
Профілактика плоскостопості.
Профілактика порушення маси тіла.
Профілактика порушення зору.
Додаток.
Фізичне виховання студентів (В.І. Григор'єв, М.О. Третьяков).
Значення, мета і завдання фізичного виховання студентів.

Структура та особливості змісту діючої базової програми з фізичного виховання.
Система оцінки знань, умінь і навичок студентів з дисципліни "Фізичне виховання".
Основні напрями діяльності кафедри фізичного виховання, спортивного клубу та спортивно-оздоровчого центру.
Специфічні особливості роботи викладача фізичного виховання ВНЗ.
Фізична підготовка у Збройних силах України (Ю.С. Фіногенов).
Зміст і структура фізичної підготовки у Збройних силах України.
Мета, загальні та спеціальні завдання фізичної підготовки військовослужбовців.
Форми фізичної підготовки військовослужбовців.
Фізичне виховання дорослого населення (Л.Я. Іващенко, А.Л. Благій).
Вікові особливості різних періодів життя дорослої людини.
Фактори, що впливають на здоров'я дорослих людей.
Зміст різних видів фізкультурно-оздоровчих занять.
Варіанти індивідуальних програм фізкультурно-оздоровчих занять.
Методика фізкультурно-оздоровчих занять.
Методика загартовування.
Рациональне харчування як фактор здорового способу життя.
Медично-педагогічний контроль на заняттях оздоровчої спрямованості з особами зрілого і похилого віку.
Адаптивне фізичне виховання (Р.В. Чудна).
Основні поняття адаптивного фізичного виховання.
Історія адаптивного фізичного виховання.
Характеристика адаптивного фізичного виховання в Україні.
Мета і завдання адаптивного фізичного виховання.
Теорія адаптивного фізичного виховання.
Основні принципи адаптивного фізичного виховання.
Засоби адаптивного фізичного виховання.
Методи адаптивного фізичного виховання.
Матеріально-технічне забезпечення.
Медично-педагогічний контроль в адаптивному фізичному вихованні.
Методи контролю ефективності навчального процесу в адаптивному фізичному вихованні.
Профілактика травматизму в адаптивному фізичному вихованні.
Форми адаптивного фізичного виховання.
Викладач в адаптивному фізичному вихованні.
Адаптивне фізичне виховання при глухоті.
Адаптивне фізичне виховання при сліпоті.
Адаптивне фізичне виховання при порушенні опорно-рухового апарату.
Адаптивне фізичне виховання при ураженнях спинного мозку.
Адаптивне фізичне виховання при дитячому церебральному паралічі.
Адаптивне фізичне виховання при відхиленні розумового розвитку.
Адаптивне фізичне виховання у Будинку дитини.
Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні (М.М. Булатова, Ю.О. Усачов).
Основні закономірності, що визначають формування фізкультурно-оздоровчих технологій. Класифікація фітнес-програм. Структура і зміст фітнес-програм.
Фітнес-програми, засновані на видах рухової активності аеробної спрямованості.
Фітнес-програми, засновані на оздоровчих видах гімнастики.
Фітнес-програми, засновані на видах рухової активності силової спрямованості.
Фітнес-програми, засновані на поєднанні оздоровчих видів гімнастики і занять силової спрямованості (В.В. Зикова).
Аквафітнес.
Комп'ютерні фітнес-програми.
Особливості професійної діяльності фахівців із оздоровчого фітнесу.
ЛІТЕРАТУРА.