

ФІЗКУЛЬТУРНА ОСВІТА

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ЗНАТЬ У ПРОЦЕСІ ВИВЧЕННЯ ДИСЦИПЛІНИ «ОРГАНІЗАЦІЯ І МЕТОДИКА ОЗДОРОВЧОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ»

Марченко С. І.

Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди

DOI: 10.17309/tmfv.2014.2.1094

Анотація. Мета дослідження — обґрунтувати критерії оцінки знань студентів у процесі вивчення навчального курсу «Організація і методика оздоровчої фізичної культури» для освітньо-кваліфікаційного рівня 6.01020101 — бакалавр. **Методи дослідження** — вивчення літературних джерел і програмно-нормативних документів, теоретичний аналіз і узагальнення літературних даних, системний підхід.

Основні результати дослідження. Концепція курсу «Організація і методика оздоровчої фізичної культури» полягає у системному викладі матеріалу, який дозволяє сформуванню у студентів знання, уміння і практичні навички необхідні вчителю фізичної культури для організації та проведення різних форм фізкультурно-оздоровчих занять.

Ключові слова: оздоровча фізична культура; фізичне виховання; програма; бакалавр.

Постановка проблеми. Проблема зміцнення здоров'я населення в умовах сучасного суспільства з притаманними йому особливостями соціально-економічного, науково-технічного розвитку має першорядне значення. За останні 15—20 років особливо гостро постала проблема розробки і оптимізації професійної підготовки спеціалістів з масових форм оздоровчої фізичної культури.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. В останній час інтенсивно здійснюється науково-методичне забезпечення навчального процесу студентів спеціальності «фізичне виховання» (Іващенко О. В., 2005; Ротерс Т. Т., 2007; Іващенко О. В., Худолій О. М., 2010). Підготовлені навчальні програми з курсів «Педагогіка фізичного виховання» (Худолій О. М., Іващенко О. В., 2012), «Вступ до спеціальностей галузі «Фізичне виховання і спорт» (Марченко С. І., 2011), комплекс методичних матеріалів до вивчення дисципліни «Загальні основи теорії і методики фізичного виховання» (Іващенко О. В., Худолій О. М., 2011, 2012; Худолій О. М., Іващенко О. В., 2008), робочі навчальні програми з курсу «Теорія та методика дитячого і юнацького спорту» (Худолій О. М., Іващенко О. В., 2012), «Методи наукових досліджень у фізичній культурі» (Сергієнко Л. П., 2009) та інші. Розроблені семінарські заняття з дисциплін «Теорія та методика дитячого і юнацького спорту» (Худолій О. М., Іващенко О. В., 2012), «Основи наукових досліджень» (Худолій О. М., Іващенко О. В., 2012).

Тому завданням даної роботи стало обґрунтування критеріїв оцінки знань студентів у процесі вивчення навчального курсу «Організація і методика оздоровчої фізичної культури».

Навчальна дисципліна «Організація і методика оздоровчої фізичної культури» включена до навчального плану підготовки фахівців за спеціальністю «Фізичне виховання». Дисципліна має за мету підвищити фаховість майбутнього спеціаліста в області оздоровлення та відновлення людини за допомогою як сучасних засобів фізичного виховання, так і нетрадиційних систем оздоровлення.

«Організація і методика оздоровчої фізичної культури», як навчальна дисципліна, логічно пов'язана з іншими дисциплінами, що вивчаються студентами вузів: організацією і методикою масової фізичної культури, гімнастикою в оздоровчих групах, сучасними технологіями рекреаційно-оздоровчої роботи, нетрадиційними методиками відновлення у фізичному вихованні і спорті та ін. (Виноградов Г. П., 2009; Зубар Н. М., 2010; Кристин Александр, 2012; Менхин Ю. В., 2002; Фурманов А. Г., 2003; Філь С. М., 2003; Худолій О. М., 2008).

Зв'язок з науковими програмами. Робота виконана згідно плану НДР Харківського національного університету ім. Г. С. Сковороди за темою «Теоретико-методичні основи моделювання процесу підготовки вчителя фізичної культури» (2012—2016 р.р.) (№ державної реєстрації 0112U002011).

Матеріал і методи.

Мета дослідження — розробити програму курсу «Організація і методика оздоровчої фізич-

ної культури» для освітньо-кваліфікаційного рівня 6.01020101 — бакалавр. Підвищити фаховість майбутнього спеціаліста в області оздоровлення та відновлення людини за допомогою як сучасних засобів фізичного виховання, так і нетрадиційних систем оздоровлення.

Методи дослідження — вивчення літературних джерел і програмно-нормативних документів, теоретичний аналіз і узагальнення літературних даних, системний підхід.

Основні результати дослідження.

На основі розробленої програми були розроблені критерії оцінювання знань студентів (С.І. Марченко, 2013).

Рейтинг успішності студента — це загальний бал, який отримав студент під час виконання завдань, передбачених програмою дисципліни. Максимальний рейтинг за дисципліну — 100 балів. Складові семестрового рейтингу з дисципліни «Організація і методика оздоровчої фізичної культури» наведені в таблиці 1.

Першою складовою є виступи на семінарських заняттях з доповіддю за кожною темою. По закінченню виступу проводиться співбесіда за темою семінарського заняття, можуть задаватися також питання на повторення пройденого матеріалу. Результати оцінюються максимальною кількістю 2 бали. При цьому враховується:

- глибина та повнота відповіді;
- усвідомлення та послідовність висвітлення матеріалу;
- вміння самостійно використовувати теорію в практичних ситуаціях;
- логіка викладу матеріалу, включаючи висновки та узагальнення;
- розуміння змісту понятійного апарату;

— знання матеріалу, літератури, періодичних видань.

2 бали виставляється за повну, точну відповідь на поставлене запитання, включаючи точні визначення та вміння розкривати їх зміст. Відповідь повинна бути викладена логічно, без суттєвих помилок, з необхідними доказами, узагальненнями та висновками.

1 бал виставляється тоді, коли у відповіді є незначні помилки, матеріал поданий недостатньо систематизовано і непослідовно, висновки обґрунтовані, але мають неточності.

Передбачається 17 виступів, що може скласти максимальну суму 34 балів за доповіді та співбесіду.

Другою складовою є проведення модульного тестування. Для оцінки тестових завдань використовувалась шкала запропонована В.П.Беспалько. 100-90% вірних відповідей оцінюються як високий рівень знань, 89-70% — допустимий, 69-50% — критичний рівень, 49% і нижче — недопустимий рівень.

Тестування розраховане на 10-15 хв і оцінюється в балах. Із дванадцяти тестових завдань відповіді на 11-12 питань оцінюються 5 балами, 9-10 — 4 балами, 6-8 — 3 балами, 0-5 — 0 балами. Модульне тестування протягом семестру проводиться 3 рази.

Крім того, наприкінці вивчення курсу проводиться підсумкове тестування, яке включає в себе усі питання за вивченими модулями і складає 30 тестових завдань. Тестування розраховане на 30-45 хв. Із 30 тестових завдань вірна відповідь на 27-30 запитань оцінюється 5 балами, 21-26 — 4 балами, 15-20 — 3 балами, 0-14 — 0 балами. Максимальна сума, яку може отримати студент за семестр — 54 балів.

Третьою складовою є виконання індивідуального навчально-дослідного завдання. Максимальна оцінка за захищене в групі ІНДЗ 6 балів.

Таблиця 1

Розподіл балів які отримують студенти

Поточне тестування												
Змістовний модуль 1				Змістовний модуль 2								
Тема 1	Тема 2	Тема 3	МТ	Тема 1	Тема 2	Тема 3	Тема 4	Тема 5	Тема 6	Тема 7	Тема 8	МТ
2	2	2	5	2	2	2	2	2	2	2	2	5

Продовження таблиці 1

Поточне тестування							Підсумкова контрольна	ІНДЗ	Поточна оцінка	Екзаменаційна оцінка
Змістовний модуль 3										
Тема 1	Тема 2	Тема 3	Тема 4	Тема 5	Тема 6	МТ				
2	2	2	2	2	2	5	5	6	60	40

Підсумкова шкала оцінювання

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		Для екзамену, курсового проєкту (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 курсом	не зараховано з обов'язковим повторним курсом

Четвертою складовою є відповідь на іспиті, яка оцінюється від 0 до 40 балів.

Підсумковий контроль здійснюється за шкалою ECTS (див. табл. 2).

ОРІЄНТОВНЕ ДИДАКТИЧНЕ
ТЕСТУВАННЯ

Змістовий модуль I
Стародавні оздоровчі системи

- Дихальна гімнастика, яка забезпечує управління життєвою енергією йога (ритмічний контроль дихання):
 - Яма
 - Ніяма
 - Асана
 - Пратъяхара
 - Дхарана
 - Дх'яна
 - Самадхі
 - Пранаяма
- Укажіть систему основою якої стали сутри Патанджалі:
 - Крія-йога
 - Хатха-йога
 - Раджа-йога
 - Бхакті-йога
 - Аштанга-йога
 - Карма-йога
 - Джнани-йога
 - Тантра-йога
- Виберіть засоби, що використовувалися в області фізичного виховання у Стародавній Греції:
 - Рухливі ігри
 - Комплекс психофізичних вправ

- Палестрики
 - Гімнастичні вправи
 - Вправи зі зброєю
 - Орхестрики
 - Дихальні вправи
 - Оздоровчі вправи і мистецтво пластики
- Як називаються технічні комплекси вправ в Ушу?
 - Ян
 - Чень
 - Чжао
 - Таолу
 - Цянь
 - Сунь
 - Гень
 - Нань
 - Укажіть засоби, що використовує цигун:
 - Гімнастичні вправи
 - Дихальні вправи
 - Правильне харчування
 - Дозоване голодування
 - Масаж
 - Загартування
 - Акупунктура
 - Самонавіювання
 - Виберіть засоби, що використовуються в Йозі:
 - Дихальні вправи
 - Орхестрики
 - Комплекс психофізичних вправ
 - Палестрики
 - Рухливі ігри
 - Гідротерапевтичні вправи
 - Різні очищувальні процедури
 - Фізичні вправи
 - Кодекс особистої поведінки, який передбачає внутрішнє самовдосконалення на основі очищення фізичного і духовного (очищення за допомогою дисципліни):
 - Яма
 - Ніяма

Змістовий модуль II
Сучасні оздоровчі системи

- В. Асана
Г. Пратгяхара
Д. Дхарана
Е. Дх'яна
Є. Самадхі
Ж. Пранаяма
8. Укажіть основні вправи «Тайцзи-цюань»:
А. Дихальні вправи
Б. Рухливі ігри
В. Комплекс психофізичних вправ
Г. Базові форми
Д. Гімнастичні вправи
Е. Орхестрики
Є. Вправи зі зброєю
Ж. Релаксація
9. Укажіть основні форми (комплекси) тайцзицюань:
А. «24»
Б. «8»
В. «20»
Г. «48»
Д. «100»
Е. «10»
Є. «60»
Ж. «108»
10. Укажіть філософську систему основою якої є вчення про гармонію людини з Всесвітом. Завжди жити за природними законами та шукає формулу безсмертя:
А. Конфуціанство
Б. Аюрведизм
В. Даосизм
Г. Джайнізм
Д. Індуїзм
Е. Буддизм
Є. Еллінізм
Ж. Моїзм
11. Виберіть засоби, що використовуються в Ушу:
А. Дихальні вправи
Б. Рухливі ігри
В. Комплекс психофізичних вправ
Г. Палестрики
Д. Гімнастичні вправи
Е. Орхестрики
Є. Вправи зі зброєю
Ж. Оздоровчі вправи і мистецтво пластики
12. Перечисліть засоби орхестрики, що використовувались у Стародавній Греції:
А. Загально-розвиваючі вправи
Б. Спеціалізовані вправи
В. Циклічні вправи
Г. Ациклічні вправи
Д. Обрядові та бойові танці
Е. Вправи під музику
Є. Акробатичні вправи
Ж. Рухливі ігри з м'ячем
13. У якій формі гігієнічної гімнастики основна функціональна ціль — відволіктись від основної діяльності, переключитись на інший характер, дати невеликий відпочинок нервовій системі і групам м'язів?
А. Ранкова гімнастика
Б. Ввільна гімнастика
В. Фізкультпауза
Г. Вечірня гімнастика
Д. Лікувальна гімнастика
Е. Гігієнічна гімнастика
Є. Художня гімнастика
Ж. Реабілітаційно-оздоровча гімнастика
14. Вид гімнастики фізіологічна сутність якої визначається процесами створення енергії в присутності кисню під час виконання вправ циклічного характеру:
А. Шейпінг
Б. Стретчинг
В. Йога
Г. Каланетика
Д. Гігієнічна гімнастика
Е. Ритмічна гімнастика
Є. Ушу
Ж. Аеробіка
15. У яких вікових періодах може використовуватись гігієнічна гімнастика?
А. Молодший шкільний вік
Б. Похилий вік
В. Підлітковий вік
Г. Старший шкільний вік
Д. У всіх вікових періодах
Е. Переддошкільний вік
Є. Дошкільний вік
Ж. Середній шкільний вік
16. Укажіть тривалість заняття при частоті пульсу 130 уд/хв (за К. Куппером):
А. 180 хв
Б. 90 хв
В. 45 хв
Г. 20 хв
Д. 10 хв
Є. 5 хв
Ж. 30 хв
Е. 120 хв
17. Укажіть зони фізичного навантаження в залежності від характеру рухових дій на основі загальноприйнятого поняття «вертикальне ударне навантаження»?
А. Безударне
Б. Низько ударне
В. Вертикальне
Г. Ударне

- Д. Горизонтальне
Е. Середнє
Є. Високо ударне
Ж. Усе вищезазначене
18. Комплекси вправ, що виконуються у повній тиші, без музики, бажано перед дзеркалом, мають ізометричний характер (пози). Без стрибків і великих амплітуд із напругою та розслабленням м'язів:
А. Шейпінг
Б. Стретчінг
В. Йога
Г. Каланетика
Д. Гігієнічна гімнастика
Е. Ритмічна гімнастика
Є. Ушу
Ж. Аеробіка
19. Перечисліть форми занять в яких використовуються «Гігієнічна гімнастика»:
А. Спортивна аеробіка
Б. Реабілітаційно-оздоровча гімнастика
В. Спортивна гімнастика
Г. Спортивна аеробіка
Д. Вечірня гімнастика (перед сном)
Е. Ранкова гімнастика
Є. Гімнастика в режимі робочого дня
Ж. Фітбол
20. Засіб для укріплення здоров'я та вдосконалення статури, що поєднує у собі вправи аеробіки та атлетичної гімнастики це:
А. Шейпінг
Б. Стретчінг
В. Йога
Г. Каланетика
Д. Гігієнічна гімнастика
Е. Ритмічна гімнастика
Є. Ушу
Ж. Аеробіка
21. Використання вправ якого характеру є однією з відмінних рис аеробіки?
А. Рівномірного
Б. Інтервального
В. Колового
Г. Ізометричного
Д. Ударного
Е. Поточного
Є. Безударного
Ж. Циклічного.
22. Укажіть найбільш типові методи, що використовуються в атлетичній гімнастиці:
А. Метод навантаженого руху
Б. Комплексний метод
В. Цілісний метод
Г. Безперервний
Д. Рівномірний
Е. Комбінований
- Є. Метод максимальних зусиль
Ж. Метод повторних зусиль
23. Що являється основним регулятором навантаження на заняттях аеробікою?
А. Кількість спортсменів
Б. Складність вправ
В. Тип заняття
Г. Спортивна спрямованість заняття
Д. Умови проведення заняття
Е. Контроль
Є. Інтенсивність
Ж. Тривалість заняття
24. Укажіть із яких частин складається комплекс «Каланетики»:
А. Розминка
Б. Красивий живіт
В. Стрункі ноги, стегна
Г. Розтягування м'язів
Д. Танець живота, укріплення ніг
Е. Стрибки
Є. Біг
Ж. Усе вищезазначене
- Змістовий модуль III
Авторські методики
оздоровлення (варіант 1)
25. Укажіть крайню межу частоти ударів пульсу підчас оздоровчих занять фізичними вправами за М. М. Амосовим, що відповідає віку 30-39 років:
А. 120 уд/хв.
Б. 140 уд/хв.
В. 150 уд/хв.
Г. 170 уд/хв
Д. 160 уд/хв
Е. 100 уд/хв
26. Яка дихальна гімнастика ґрунтується на методі вольової ліквідації глибокого дихання?
А Гімнастика йогів.
Б. Гімнастика П. Ч. Бреґга
В. Гімнастика О. М. Стрельникової
Г. Гімнастика Г. С. Шаталової
Д. Гімнастика К. П. Бутейко
Е. Гімнастика К. Ніши
27. Хто автор та ініціатор методики оздоровлення сутність якої полягає у єднанні людини з природою?
А. Леві В. Л.
Б. Іванов П. І.
В. Купер К.
Г. Далькроз Ж.
Д. Пінкней К.
Е. Бутейко К. П.
28. Скільки можна голодувати тим хто починає?
А. Не визначено

- Б. Більше 10 днів
В. 14 днів
Г. До 10 днів
Д. 21 день
Е. 5 днів
29. До систем загартування організму не відносяться:
А. Система Моля
Б. Система Іванова
В. Система Кнейпа
Г. Система Леві
Д. Система Залманова
Е. Система Норбекова
30. Хто є автором оздоровчої системи «Бігом від інфаркту»?
А. Леві В. Л.
Б. Бейлі К.
В. Іванов П. К.
Г. Лідьярд А. Л.
Д. Амосов Н. М.
Е. Ніши К.
31. Яка послідовність прийому їжі, на думку Г. Шелтона, буде вірною?
А. Спочатку вуглеводи, потім білки.
Б. Одночасно білки і вуглеводи.
В. Спочатку білки, потім вуглеводи.
Г. Спочатку жири, потім вуглеводи.
Д. Інші варіанти.
Е. Усе вище зазначене.
32. При якій температурі води слід починати процедуру загартування?
А. Не нижче 20°-25°
Б. Не нижче 34°-35°
В. Не нижче 26°-30°
Г. Не нижче 31° -34°
Д. Не нижче 40°-50°
Е. Не нижче 50°-60°
33. Хто є автором оздоровчої системи «Режим обмежень та навантажень»?
А. Леві В. Л.
Б. Бейлі К.
В. Амосов М. М.
Г. Лідьярд А. Л.
Д. Іванов П. К.
Е. Ніши К.
34. У якій дихальній гімнастиці вдих виконується при стисканні грудної клітки?
А. Гімнастика К. П. Бутейко
Б. Гімнастика П. Ч. Брега
В. Гімнастика О. М. Стрельникової
Г. Гімнастика Г.С.Шаталової
Д. Гімнастика йогів
Е. Гімнастика Шульца
35. Зі скількох фаз складається методика харчування за М. Монтеньяком?
А. 5
- Б. 4.
В. 6
Г. 1
Д. 2
Е. 3
36. Хто запропонував термін «Аутогенне тренування»?
А. Брега П. Ч.
Б. Ліндеман Х.
В. Шульц Й. Г.
Г. Спірідонов Н. І.
Д. Козін А. П.
Е. Норбеков М.

Таблиця 3

Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
	Філософська система йоги	2
	Лікувально-оздоровчі гімнастики ушу	1
	Давньогрецька гімнастика	1
	Гігієнічна гімнастика	1
	Ритмічна гімнастика	1
	Гімнастична аеробіка	1
	Шейпінг	1
	Атлетична гімнастика	1
	Ізотон	1
	Гімнастика у воді	1
	Оздоровчий фітнес	1
	Технології психоемоційного оздоровлення	1
	Технології оздоровчого харчування	1
	Оздоровчі технології загартування	2
	Спеціальні дихальні оздоровчі системи	2
	Оздоровчі системи фізичного розвитку	2
	Оздоровчі технології очищення організму	1

ІНДИВІДУАЛЬНІ ЗАВДАННЯ

Змістовний модуль I
Стародавні оздоровчі системи

Філософська система йоги: людина як частина Всесвіту і його зменшена копія.

Природа хвороби з точки зору нетрадиційних підходів. Нетрадиційні підходи до хвороб і лікувань.

Відмінність нетрадиційних підходів до хвороб і лікувань від традиційних.

Стародавні оздоровчі гімнастичні системи.

Різновиди йоги. Засоби, що використовує йога в реалізації істинної сутності людини.

Системи оздоровчої гімнастики в Китаї.

Військове мистецтва ушу в Китаї.
Ушу — оздоровча система.
Тай-цзи-цюань — оздоровча гімнастика.
Цигун як лікувально-оздоровча гімнастика і підсистема ушу.
Специфічність китайського ідеалу у сфері фізичної культури.
Даосизм. Основи психофізичної регуляції.
Медитація як засіб оздоровлення організму.
Специфічність еллінської гімнастики у сфері фізичної культури.
Загальна характеристика поняття «Здоров'я».
Стан проблеми на сучасному етапі.
Здоровий спосіб життя та його компоненти.
Пранаяма: вправи, циркуляція енергій, сполучення з асанами.
Дихання як чинник і складова здорового способу життя.
Поняття про енергетичні канали (меридіани). Їхня топографія.
Голкотерапія та механізми її дії.
Су-джок (відповідність будови кисті і стопи будові всього тіла).
Японський масаж шиацу (натискання подушечками пальців).
Крапковий масаж та два способи впливу при ньому.

Змістовний модуль II Сучасні види гімнастики оздоровчо-кондиційної спрямованості

Історія розвитку ритмічної гімнастики.
Розвиток і популяризація ритмічної гімнастики в світі на сучасному етапі.
Ритмічна гімнастика — традиційний вид гімнастики оздоровчо-розвивальної спрямованості.
Необхідність і особливості занять гігієнічною гімнастикою у повсякденному житті.
Специфіка проведення калланетики як гімнастики без музичного супроводу.
Гімнастична аеробіка, її напрямки і характеристика.
Побудова оздоровчо-тренувальної програми з базової аеробіки.
Побудова оздоровчо-тренувальної програми з танцювальної аеробіки.
Побудова оздоровчо-тренувальної програми з фанк-аеробіки.
Шейпінг як оздоровча система корекції фігури жінок.
Атлетична гімнастика — традиційний вид гімнастики оздоровчо-розвивальної спрямованості.
Особливості харчування у процесі занять атлетичною гімнастикою.

Система оздоровчої гімнастики «Ізотон».
Гімнастика у воді. Аквааеробіка («акваданс», «акваформинг», «аквамоушн»)
Гімнастика оздоровчо-спортивної спрямованості.
Засоби оздоровчого фітнесу і умови занять.
Агітаційно-пропагандистські форми оздоровчої гімнастики.
Державні та громадські самодіяльні організаційні структури в сфері фізкультурного руху.
Програмно-нормативні засади розвитку оздоровчої фізкультурної діяльності.
Організація фізкультурно-оздоровчої діяльності в режимі дня ЗОШ.
Особливості організації та проведення фізкультурно-оздоровчих занять з дітьми віднесеними за станом здоров'я до спецмедгрупи.
Організація та методика проведення рухливих ігор у ФОР.
Організація та методика проведення циклічних вправ у ФОР.
Організація та методика проведення ациклічних вправ у ФОР.
Організація фізкультурно-оздоровчої роботи у соціально-побутовій сфері.
Побудова оздоровчо-тренувальної програми з футболу.
Особливості методики проведення занять зі степ-фітнесу.
Техніка виконання та методика навчанням вправам стренфлексу.
Технічні засоби забезпечення занять з фітнесу.
Система «Пілатеса».
Система «Бодіфлекс».

Змістовний модуль III Авторські методики оздоровлення

Методика єднання людини з природою П. К. Іванова.
Оздоровчий комплекс В. Л. Леві.
Макробіотика — великий погляд на життя.
Парадоксальна гімнастика О. М. Стрельнікової.
Дихання методом К. П. Бутейка.
Система Шаталової і дихання як один із її компонентів.
Технології психоемоційного оздоровлення.
Технології оздоровчого харчування.
Оздоровчі технології загартування.
Оздоровчі технології очищення організму.
Оздоровчі системи фізичного розвитку.
Система оздоровлення Мірзакіріма Норбекова.
Система Амосова «Режим здоров'я», «Тисяча рухів».

Система Лідьярда «Бігом від інфаркту».
Система загартування Залманова.
Система загартування Кнейпа.
Система очищення організму за Малаховим.
Система голодування за П. Бреггом.

Методи навчання

Словесні методи: лекція, розповідь, пояснення, бесіда, інструктаж; наочні методи: спостереження, ілюстрація, демонстрація.

Методи контролю

Дидактичне тестування, опитування на семінарах, співбесіда, захист ІНДЗ, підсумкове тестування, іспит.

Методичне забезпечення

1. Менхин Ю. В. Оздоровительная гимнастика : теория и методика / Ю. В. Менхин, А. В. Менхин. Ростов н/Д. : Феникс, 2002. — 384 с.
2. Фурманов А.Г. Оздоровительная физическая культура: Учебник для студентов вузов / А.Г. Фурманов, М.Б. Юспа. — Мн.: Тесей, 2003. — 528 с.

Рекомендована література Основна

1. Зубар Н. М. Основы физиологии та гігієни харчування: підручник / Н. М. Зубар. — К. : Центр учбової літератури, 2010. — 336 с.
2. Менхин Ю. В. Оздоровительная гимнастика : теория и методика / Ю. В. Менхин, А. В. Менхин. — Ростов н/Д. : Феникс, 2002. — 384 с.
3. Філь С. М. Історія фізичної культури : навчальний посібник для студентів вищих фізкультурних навчальних закладів / С. М. Філь, О. М. Худолій, Г. В. Малка. — Х. : «ОВС», 2003. — 160 с.
4. Фурманов А. Г. Оздоровительная физическая культура: Учебник для студентов вузов / А. Г. Фурманов, М. Б. Юспа. — Мн. : Тесей, 2003. — 528 с.

Додаткова

1. Агаджанова С. Н. Закаливание дошкольников / С. Н. Агаджанова. — СПб. : Детство-Пресс, 2011. — 16 с.
2. Айенгар Б. К. С. 23 лекции по раджа-йоге / Б. К. С. Айенгар. — М. : Эклибрис, 2004. — 128 с.
3. Александрова А. А. Аутотренинг / А. А. Александрова. — СПб: Питер, 2007. — 272 с.
4. Алексеев А. Психогигиена и психологии / А. Алексеев. — М. : «Феникс», 2004. — 325 с.
5. Амосов Н. М. Энциклопедия Амосова. Алгоритм здоровья / Н. М. Амосов. — М. : АСТ, 2004. — 590 с.

6. Амосов Н. М. Энциклопедия Амосова. Раздумья о здоровье / Н. М. Амосов. — М. : АСТ, 2005. — 287 с.
7. Амосов Н. М. Эксперимент по преодолению старости / Н. М. Амосов. — М. : АСТ, 2008. — 123 с.
8. Амосов Н. М. Моё мировоззрение / Н. М. Амосов. — М. : АСТ, 2005. — 256 с.
9. Атлетическая гимнастика без снарядов / под ред. В. Г. Фохтин. М. : Физкультура и спорт, 1991. — 77 с.
10. Аэробика. Теория и методика проведения занятий: учеб. пособие для студентов вузов физической культуры / под ред. Е. Б. Мякинченко и М. П. Шестакова. — М. : 2002. — 304 с.
11. Баринов Н. М. «Детка» — система Порфирия Иванова, закаливание / Н. М. Баринов. — СПб. : Весь, 2005. — 128 с.
12. Бирюк Е. В. Ритмическая гимнастика: методические рекомендации / Е. В. Бирюк. — Киев: Молодь, 1986. — 28 с.
13. Блумфилд Г. Х. Как держать под контролем свой вес / Г. Х. Блумфилд, Р. К. Купер. — М. : Попурри, 2003. — 192 с.
14. Блумфилд Г. Х. Обретение энергии и снятие напряжения / Г. Х. Блумфилд, Р. К. Купер. — М. : Попурри, 2003. — 208 с.
15. Брегг П. С. Чудо голодания. Лечение без лекарств. Для толстых и тонких. Секреты омолаживания. Рецепты активного долголетия. Способ прожить без болезней / П. С. Брегг. — Кыргызстан: Лизер, 2001 — 160 с.
16. Брызгунов И. П. Вся правда о закаливании / И. П. Брызгунов, Е. В. Касатикова. — М. : Миклош, 2009. — 200 с.
17. Буркова О. В. «Пилатес» фитнес высшего класса. Секреты стройной фигуры и оздоровления / О. В. Буркова, Т. С. Лисицкая. — М. : Центр полиграфических услуг «РАДУГА», 2005. — 208 с.
18. Буркова О. В. Влияние системы «Пилатеса» на развитие физических качеств, коррекцию телосложения и психоэмоциональное состояние женщин среднего возраста: автореф. дис. канд. пед. наук / О. В. Буркова. — М. : 2008. — 22 с.
19. Быстров В. И. Йога. Полная система упражнений / В. И. Быстров. — Минск: Интерпрес сервис, 2005. — 384 с.
20. Вейдер С. Пилатес от А до Я / С. Вейдер. — Ростов на Дону: Феникс, 2007. — 320 с.
21. Виноградов Г. П. Атлетизм: теория и методика тренировки : учебник для высших учебных заведений / Г. П. Виноградов. — Москва: Советский спорт, 2009. — 328 с.
22. Восточные психотренинговые системы : монография / Б. Ф. Воронин. — К. : Лыбидь, 1992. — 183 с.
23. Гебер Д. Шейпинг-диета / Д. Гербер, С. Бауэрман ; пер. с англ. О.Г. Белошеев. — 2-е изд. — Минск : Попурри, 2006. — 480 с.
24. Геше Майкл Роуч Тибетская книга йоги / Майкл Роуч Геше. — М. : Открытый мир, 2006. — 160 с.
25. Горцев Г. Ничего лишнего: аэробика, фитнес, шейпинг / Г. Горцев // Серия «Научись себя любить». Ростов н/Д : Феникс, 2004. — 256 с.
26. Григоревич В. В. Всеобщая история физической культуры и спорта : учебное пособие / В. В. Григоревич. — М. : Советский спорт, 2008. — 288 с.

27. Григорьев В. И. Фитнес-культура студентов: теория и практика: учебное пособие / В. И. Григорьев, Д. И. Давиденко, С. В. Малинина. — СПб. : Изд-во СПбГУЗФ, 2010. — 228 с.
28. Грир Чайлдс Бодифлекс — дыхание красоты / Чайлдс Грир. — М. : Знание. — 2001. — 44 с.
29. Громов С. Н. 108 дней практикуя йогу. (Раджа-йога для всех) / С. Н. Громов. — Одесса : Книга-Учитель, 2009. — 944 с.
30. Гроут П. Выдохните лишние килограммы / П. Гроут; пер. с англ. Л. А. Бабук. — Мн. : Поппури, 2002. — 144 с.
31. Дворкин Л. С. Силовые единоборства. Атлетизм, культуризм, пауэрлифтинг / Л. С. Дворкин. — Ростов н/Д, 2001. — 383 с.
32. Добовчук С. В. Ритмическая гимнастика : учебное пособие / С. В. Добовчук — М. : МГИУ, 2008. — 78 с.
33. Долинний Ю. Методичні особливості використання психорегуляції і нетрадиційних методів дихальної гімнастики в процесі занять з фізичного виховання в СМО / Ю. Долинний // Молода спортивна наука України: зб. наук. статей з галузі фіз. культури та спорту. — Л., 2003. — Вип. 7. — Т. 2. — С. 283-286.
34. Дудинский Д. И. Краткий пересказ и изложение взглядов систем исцеления дыхания по методике К. П. Бутейко и А. Н. Стрельниковой. Дыхательная гимнастика / Д. И. Дудинский. — Иркутск: АСТ, 2007. — 96 с.
35. Зінченко В. Б. Фітнес-технології у фізичному вихованні: навч. посіб. / В. Б. Зінченко, Ю. О. Усачов. — К. : НАУ, 2011. — 152 с.
36. Иванов Ю. М. Йога и психотренинг. Путь к космическому сознанию / Ю. М. Иванов. — М. : 2003. — 287 с.
37. Иванова О. А. Комнатная гимнастика / О. А. Иванова. — М. : Советский спорт, 1990. — 48 с.
38. Иова Е. П. Утренняя гимнастика под музыку / Е. П. Иова, А. Я. Иоффе, О. Д. Головчинер. — М. : Просвещение, 1984. — 176 с.
39. История физической культуры и спорта : учебник для студ. ин-тов физ. культуры / под общ. ред. В. В. Столбова. — М. : Физкультура и спорт, 1995. — 288 с.
40. Казакевич Н. В. Ритмическая гимнастика : методическое пособие / Н. В. Казакевич, Е. Г. Сайкина, Ж. Е. Фирилева — СПб. : Познание, 2001—104 с.
41. Казимирчик Н. М. Поль Брегг: Голодание ради здоровья / Н. М. Казимирчик. — М. : АСТ, 2006. — 128 с.
42. К. Кей. Аутогенная тренировка / К. Кей. — М. : Эскмо-Пресс, 2008. — 448 с.
43. К. Кей. Аутогенная тренировка / К. Кей. — М. : Эскмо-Пресс, 2005. — 192 с.
44. Ким Н. К. Фитнес: учебник / Н. К. Ким, М. Б. Дьяконов. — М. : Советский спорт, 2006. — 454 с.
45. Кнейпп С. Водолечение / С. Кнейпп. — М. :- «Феникс», 2005. — 320 с.
46. Колобов Ф. Г. Дыхание по К. П. Бутейко: Метод волевой ликвидации глубокого дыхания. Философская система известного доктора Бутейко К. П. / Ф. Г. Колобов — М. : АСТ, 2004. — 128 с.
47. Корпман М. Бодифлекс: дышите и худейте / М. Корпман. — Изд. : Эскмо, 2012. — 123 с.
48. Крапивина Е. А. Физические упражнения йогов /Е. А. Крапивина. — М. : ФИС, серия Знание. — 1991, №3.С. 3-85.
49. Кристин Александр Акваэробика /Александр Кристин; пер. с англ. Е. В. Шафранова. — М. : Эскмо, 2012. — 232 с.
50. Кун Л. Всеобщая история физической культуры и спорта / Л. Кун / под общ. ред. В. В. Столбова. — М. : Радуга, 1982. — 399 с.
51. Купер К. Похудеть —это просто / К. Купер. —М. : Рипол Классик, 2005. —1407 с.
52. Линдер И. Б. Алмазный цигун Бодхидхармы / И. Б. Линдер // ФИС. — 1990. — №3. — С. 22.
53. Линдер И. Б. Тайцзицюань — стиль воды / И. Б. Линдер // ФИС. — 1990. — №8. — С. 34.
54. Линдеман Х. Аутогенная тренировка / Х. Линдеман. — М. : Попурри, 2004.— 93 с.
55. Мазур О. А. Чистка капилляров. Учение Залманова. 2-е издание / О. А. Мазур. — СПб. : «Питер», 2005. — 161 с.
56. Майкова О. А. Гимнастика в нашем доме /О. А. Майкова. — Кемерово: Притомское из-во, 1992. — 25 с.
57. Малахов Г. П. Закаливание и водолечение /Г. П. Малахов. — М. : АСТ-Артель, 2008. — 178 с.
58. Малахов Г. П. Оздоровительные системы / Г. П. Малахов. — СПб. : Невский проспект, 2002. — 784 с.
59. Матвеев Л. П. Что же это такое — «оздоровительная физическая культура»? / Л. П. Матвеев // Теория и практика физической культуры. — 2005. - № 11. — С. 21-24.
60. Миронов А. А. Брэгг, Ниши, Шелтон, Монтиньяк. Сила здорового питания / А. А. Миронов. — Вектор, 2009. —180 с.
61. Мякинченко Б. Б. Оздоровительная тренировка по системе ИЗОТОН / Б. Б. Мякинченко, В. Н. Селуянов. — М. : СпортАкадемПресс, 2001. — 68 с.
62. Онучин Н. А. Закаливание. Гимнастика. Массаж / Н. А. Онучин. — АСТ, 2005. — 158 с.
63. Орлова Л. Польза или вред дыхательной гимнастики / Л. Орлова. — Минск: Харвест, 2006. — 64 с.
64. Пирогов И. П. О пользе банных процедур и закаливания / И. П. Пирогов.—М. : ЗАО «Центрполиграф», 2012. — 213 с.
65. Попов В. В. У-шу. Шаолинское Синь и Цюань / В. В. Попов. — М. : Март, 2006. — 96 с.
66. Прохорцев И. В. Шейпинг — питание /И. В. Прохорцев, А. К. Пшендин, Е. В. Сергеева. — Часть 2, СПб. : МФШ, 1998. — 131 с.
67. Самохин С. А. Вода от всех бед / С. А. Самохин. — СПб. : Диля, 2003. —145 с.
68. Семенова Н. А. Дыхательная гимнастика А. Н. Стрельниковой в Школе здоровья Н. Семеновой «Надежда» / Н. А. Семенова. — М. : Диля, 2012.—128 с.
69. Стаменко П. Д. Таемниці китайської гімнастики цигун / П. Д. Стаменко. — К. : Знання, 1990. — 48 с.
70. Столбов В. В. История физической культуры и спорта / В. В. Столбов, Л. А. Финогенова, Н. Ю. Мельникова ; под ред. В. В. Столбова. — М. : Физкультура и спорт, 2006. — 218 с.
71. Тартаковский М. С. Нетрадиционная физическая культура / М. С. Тартаковский. —М. : Знание, 1986. — С. 2-54.

72. Технологии физкультурно-спортивной деятельности в адаптивной физической культуре: Учебное пособие / Авторы-составители О. Э. Аксенова, С. П. Евсеев / под ред. С. П. Евсеева. — М. : Советский спорт, 2004. — 296 с.
73. Тубольцев М. И. Исцеление по Бутейко: В 21 веке без лекарств: в 2 книгах / М. И. Тубольцев. — М. : АСТ, 2003. — 248 с.
74. Українець А. І. Технологія оздоровчих харчових продуктів: курс лекцій за напрямом «Харчова технологія та інженерія» / А. І. Українець, Г. О. Сімахіна. — К. : НУХТ, 2009. — 310 с.
75. Усачов Ю. Навчальна-оздоровча спрямованість засобів аквафітнесу в процесі фізичного виховання дітей, підлітків та юнаків / Ю. Усачов // Теорія та методика фізичного виховання та спорту. — 2004, №1. — С.37-41.
76. Усачев Ю. А. Новые фитнес-технологии в физическом воспитании студентов / Ю. А. Усачев, В. В. Билецкая // Совершенствование учебного и тренировочного процессов в системе образования: X Всероссийская научно-практическая конференция, 23-24 июня, 2012г. — Ульяновск: УлГТУ, 2012. — С. 368-372.
77. Хоули Э. Т. Оздоровительный фитнес / Э. Т. Хоули, Б. Д. Френкс. — Киев: Олимпийская литература, 2000. — 362 с.
78. Чернявская Н. Бодифлекс дыхание красоты / Н. Чернявская // Физкультура и спорт. — 2000. — №3-6. — С. 14.
79. Шаталова Г. С. Выбор пути / Г. С. Шаталова. — М. : КСП+, 1996. — 256 с.
80. Шелтон Г. М. Здоровье для всех / Г. М. Шелтон; пер. с англ. Л.А. Владимирского. — М. : Советский спорт, 2001. — 288 с.
81. Шелтон Г. М. Жизнь по правилам здоровья. Раздельное питание—основа долголетия / Г. М. Шелтон. — Вектор, 2009. — 106 с.
82. Яных Е. А. Аэробика дома / Е. А. Яных, В. А. Захаркина. — М. : АСТ ; Донецк : Сталкер, 2006. — 175 с.
83. Яных Е. А. Шейпинг / Е. А. Яных, В. А. Захаркина. — М. : АСТ ; Донецк : Сталкер, 2007. — 157 с.

Висновки

1. Розроблена програма навчальної дисципліни «Організація і методика оздоровчої фізичної культури».
2. Зроблений розподіл навчальних годин за модулями і видами занять з дисципліни «Організація і методика оздоровчої фізичної культури».
3. Встановлені критерії оцінювання знань у системі ECTS.

Література

1. Виноградов Г. П. Атлетизм: теория и методика тренировки : учебник для высших учебных заведений / Г. П. Виноградов. — Москва : Советский спорт, 2009. — 328 с.
2. Зубар Н. М. Основы физиологии та гігієни харчування: підручник / Н. М. Зубар. — К. : Центр учбової літератури, 2010. — 336 с.
3. Іващенко, О. В. Про підготовку підручників та навчальних посібників курсу «Основы науководослідної діяльності / Іващенко, О. В. // Теорія та методика фізичного виховання. — 2005. — № 1. — С. 14-17. Режим доступу: <http://tmfv.com.ua/journal/article/view/156>
4. Іващенко О. В. Дисципліна «Загальні основи теорії і методики фізичного виховання». Критерії оцінювання. Повідомлення I / О. В. Іващенко, О. М. Худолій // Теорія та методика фізичного виховання. — 2011. — № 11. — С. 19—34. Режим доступу: <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/752>
5. Іващенко О.В. Творчі роботи в системі підготовки вчителя фізичної культури / Іващенко О.В., Худолій О.М. // Теорія та методика фізичного виховання. — 2010. — № 3. — С. 7—10. Режим доступу: <http://tmfv.com.ua/journal/article/view/606>
6. Іващенко О. В. Дисципліна «Загальні основи теорії і методики фізичного виховання». Критерії оцінювання. Повідомлення II / О. В. Іващенко, О. М. Худолій // Теорія та методика фізичного виховання. — 2011. — № 12. — С. 19—34. Режим доступу: <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/758>
7. Іващенко О. В. Дисципліна «Загальні основи теорії і методики фізичного виховання». Критерії оцінювання. Повідомлення III / О. В. Іващенко, О. М. Ху-

References

1. Vinogradov G. P. (2009). *Atletizm: teoriya i metodika trenirovki: uchebnik dlya vysshihh uchebnyih zavedeniy. Moskva : Sovetskiy sport, 328.*
2. Zubar N. M. (2010). *Osnovi fiziologii ta gigieni harchuvannya: pidruchnik. K. : Tsentra uchbovoyi literaturi, 336.*
3. Ivashchenko O. V. (2005). Pro pidgotovku pidruchnikiv ta navchalnih posibnikiv kursu "Osnovi naukovodoslidnoyi diyalnosti. *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (1), 14-17. *Rezhim dostupu: http://tmfv.com.ua/journal/article/view/156*
4. Ivashchenko O. V., & Khudolii O. M. (2011). *Distsiplina «Zagalni osnovi teorii i metodiki fizicnogo vihovannya». Kriteriyi otsinyuvannya. Povidomlennya I. Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (11), 19—34. *Rezhim dostupu: http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/752*
5. Ivashchenko O. V., & Khudolii O. M. (2010). *Tvorchi roboti v sistemі pidgotovki vchitelya fizicnoyi kulturi. Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (3), 7—10. *Rezhim dostupu: http://tmfv.com.ua/journal/article/view/606*
6. Ivashchenko O. V., & Khudolii O. M. (2011). *Distsiplina «Zagalni osnovi teorii i metodiki fizicnogo vihovannya». Kriteriyi otsinyuvannya. Povidomlennya II. Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (12), 19—34. *Rezhim dostupu: http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/758*
7. Ivashchenko O. V., & Khudolii O. M. (2012). *Distsiplina «Zagalni osnovi teorii i metodiki fizicnogo vihovannya». Kriteriyi otsinyuvannya. Povidomlennya*

- долій // Теорія та методика фізичного виховання. — 2012. — № 1. — С. 19—27. Режим доступу: <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/764>
8. Кристин Александр Аквааэробика / Александр Кристин; пер. с англ. Е. В. Шафранова. — М. : Эксмо, 2012. — 232 с.
 9. Марченко С. І. Вступ до спеціальностей галузі «Фізичне виховання і спорт» / С. І. Марченко // Теорія та методика фізичного виховання. — 2011. — № 4. — С. 27—34. Режим доступу: <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/704>
 10. Марченко С. І. Зміст дисципліни «Організація і методика оздоровчої фізичної культури» у процесі підготовки вчителя фізичної культури / Марченко С. І. // Теорія та методика фізичного виховання. — 2013. — № 4. — С. 25—31. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2013.4.1033>
 11. Менхин Ю. В. Оздоровительная гимнастика : теория и методика / Ю. В. Менхин, А. В. Менхин. Ростов н/Д. : Феникс, 2002. — 384 с.
 12. Ротерс, Т. Т. Науково-дослідна робота студентів-проблема фізичної освіти в Україні. / Ротерс, Т. Т. // Теорія та методика фізичного виховання. — 2007. — № 12. — С. 3-5. Режим доступу: <http://tmfv.com.ua/journal/article/view/373>
 13. Сергієнко Л. П. До проблеми планування вивчення навчальної дисципліни «Методи наукових досліджень у фізичній культурі» / Л. П. Сергієнко // Теорія та методика фізичного виховання. — 2009. — № 2. — С. 26—34. Режим доступу: <http://tmfv.com.ua/journal/article/view/496>
 14. Фурманов А.Г. Оздоровительная физическая культура: Учебник для студентов вузов / А.Г. Фурманов, М.Б. Юспа. — Мн.: Тесея, 2003. — 528 с.
 15. Філь С. М. Історія фізичної культури : навчальний посібник для студентів вищих фізкультурних навчальних закладів / С. М. Філь, О. М. Худолій, Г. В. Малка. — Х. : «ОВС», 2003. — 160 с.
 16. Худолій О. М. Основи методики викладання гімнастики: Навчальний посібник. — Харків: ОВС, 2008. — Т. 1. — С. 23—60.
 17. Худолій О. М. Проблеми викладання дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання» в процесі підготовки вчителя фізичної культури / О. М. Худолій, О. В. Іващенко // Теорія та методика фізичного виховання. — 2008. — № 3. — С. 19—26. Режим доступу: <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/406>
 18. Худолій О. М. Програма курсу «Педагогіка фізичного виховання» / О. М. Худолій, О. В. Іващенко // Теорія та методика фізичного виховання. — 2012. — № 8. — С. 19—34. Режим доступу: <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/814>
 19. Худолій О. М. Проблеми планування вивчення навчальної дисципліни «Теорія та методика дитячого і юнацького спорту» / О. М. Худолій, О. В. Іващенко // Теорія та методика фізичного виховання. — 2012. — № 10. — С. 19—34. Режим доступу: <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/829>
 20. Худолій О.М. Семінарські заняття й облік успішності у процесі вивчення навчальної дисципліни «Теорія та методика дитячого і юнацького спорту» / О. М. Худолій, О. В. Іващенко // Теорія та мето-
- III. *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (1), 19—27. Rezhim dostupu: <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/764>
 8. Kristin Aleksandr (2012). Akvaerobika. Per. s angl. E. V. Shafranova. M. : Eksmo, 232.
 9. Marchenko S. I. (2011). Vstup do spetsialnostey galuzi «Fizichne vihovannya i sport». *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (4), 27—34. Rezhim dostupu: <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/704>
 10. Marchenko S. I. (2013). Zmist distsiplini «Organizatsiya i metodika ozdorovchoyi fizichnoyi kulturi» u protsesi pidgotovki vchitelya fizichnoyi kulturi. *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (4), 25—31. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2013.4.1033>
 11. Menhin Yu. V., & Menhin A. V. (2002). Ozdorovitel'naya gimnastika : teoriya i metodika. *Rostov n/D. : Feniks*, 384.
 12. Roters, T. T. (2007). Naukovo-doslidna robota studentiv-problema fizichnoyi osviti v Ukrayini. *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (12), 3-5. Rezhim dostupu: <http://tmfv.com.ua/journal/article/view/373>
 13. Sergienko L. P. (2009). Do problemi planuvannya vivchennya navchalnoyi distsiplini «Metodi naukovih doslidzhen u fizichniy kulturi». *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (2), 26—34. Rezhim dostupu: <http://tmfv.com.ua/journal/article/view/496>
 14. Furmanov A. G., & M. B. Yuspa. (2003). Ozdorovitel'naya fizicheskaya kultura: Uchebnik dlya studentov vuzov. *Mn.: Tesey*, 528.
 15. Fil S. M., Khudolii O. M., & Malka G. V. (2003). Istoriya fizichnoyi kulturi : navchalniy posibnik dlya studentiv vischih fizkulturних navchalnih zakladiv. *Kh. : «OVS»*, 160.
 16. Khudolii O. M. (2008). Osnovi metodiki vikladannya gimnastiki: Navchalniy posibnik. *Kharkiv: OVS*, 1, 23—60.
 17. Khudolii O. M., & Ivashchenko O. V. (2008). Problemi vikladannya distsiplini «Teoriya i metodika fizicnogo vihovannya» v protsesi pidgotovki vchitelya fizichnoyi kulturi. *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (3), 19—26. Rezhim dostupu: <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/406>
 18. Khudolii O. M., & Ivashchenko O. V. (2012). Programa kursu «Pedagogika flzicnogo vihovannya». *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (8), 19—34. Rezhim dostupu: <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/814>
 19. Khudolii O. M., & Ivashchenko O. V. (2012). Problemi planuvannya vivchennya navchalnoyi distsiplini «Teoriya ta metodika dityachogo i yunatskogo sportu». *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (10), 19—34. Rezhim dostupu: <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/829>
 20. Khudolii O. M., & Ivashchenko O. V. (2012). Seminarski zanyattya y oblik uspishnosti u protsesi vivchennya navchalnoyi distsiplini «Teoriya ta metodika dityachogo i yunatskogo sportu». *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical

дика фізичного виховання: науково-методичний журнал. — Харків: ОВС, 2012. — № 11. — С. 19—31
Режим доступу: <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/836/822>

21. Худолій О.М. Семінарські заняття й облік успішності у процесі вивчення навчальної дисципліни «Основи наукових досліджень» / О. М. Худолій, О. В. Іващенко // Теорія та методика фізичного виховання: науково-методичний журнал. — 2012. — № 12. — С.19—34. Режим доступу: <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/843>

education], (11), 19—31. Режим доступу: <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/836/822>

21. Khudoliy O. M., & Ivashchenko O. V. (2012). Seminarski zanyattya y oblik uspihnosti u protsesi vivchennya navchalnoyi distsipliny «Osnovi naukovih doslidzhen». *Teoria ta metodika fizicnogo vihovanna* [Theory and methods of the physical education], (12), 19-34. Режим доступу: <http://www.tmfv.com.ua/journal/article/view/843>

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ В ПРОЦЕССЕ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ «ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДИКА ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ»

Марченко С. И.

Харьковский национальный педагогический университет имени Г. С. Сковороды

Реферат. Статья: 12 с., 1 табл., 21 источников.

Цель исследования — обосновать критерии оценки знаний студентов в процессе изучения учебного курса «Организация и методика оздоровительной физической культуры» для образовательно-квалификационного уровня 6.01020101 — бакалавр. **Методы исследования** — теоретический анализ и обобщение литературных данных, системный подход.

Основные результаты исследования. Концепция оценки знаний курса «Организация и методика оздо-

ровительной физической культуры» заключается в системном изложении материала, которая позволяет сформировать у студентов знания, умения и практические навыки необходимые учителю физической культуры для организации и проведения различных форм физкультурно-оздоровительных занятий.

Ключевые слова: оздоровительная физическая культура; физическое воспитание; критерии оценки; программа; бакалавр.

CRITERIA FOR EVALUATION OF KNOWLEDGE IN THE PROCESS OF STUDYING THE DISCIPLINE «ORGANIZATION AND METHODS OF IMPROVING PHYSICAL CULTURE»

Marchenko S. I.

G.S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University

Report. Article: 12 p., 2 tables., 15 sources.

The purpose of research — justify the assessment criteria of student learning in the study course «Organisation and Methods of Physical Culture» for educational qualification of 6.01020101 — Bachelor. **Methods of research** — theoretical analysis and synthesis of the literature data, systematic approach.

The main results of the study. The concept of assessment of the course «Organization and methods of improving

physical training» is systematic presentation of the material, which allows to form students' knowledge, skills and practical skills required physical education teachers to organize and conduct various forms of fitness training.

Keywords: Physical Culture; physical education; evaluation criteria; program; bachelor.

Інформація про авторів:

Марченко С. І.: ORCID <http://orcid.org/0000-0002-1013-9511>; sport-svet2011@mail.ru; Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди, вул. Артема, 29, м. Харків, 61002, Україна.

Цитуйте статтю як: Марченко С. І. Критерії оцінювання знань у процесі вивчення дисципліни «Організація і

методика оздоровчої фізичної культури» / Марченко С. І. // Теорія та методика фізичного виховання. — 2014. — № 1. — С. 3—14. DOI: <http://dx.doi.org/10.17309/tmfv.2014.2.1094>

Стаття надійшла до редакції: 15.06.2014 р.