

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
«ПРИКАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТЕФАНІКА»**



Навчально-науковий інститут мистецтв

Кафедра сценічного мистецтва і хореографії

**СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
ГІМНАСТИКА І АКРОБАТИКА В ХОРЕОГРАФІЇ**

Освітня програма «Хореографія»
першого (бакалаврського) рівня
Спеціальність 024 Хореографія
Галузь знань 02 Культура та мистецтво

Затверджено на засіданні кафедри
теорії та методики фізичної культури
Протокол № 1 від “31” серпня 2021 р.

м. Івано-Франківськ – 2021

ЗМІСТ

1. Загальна інформація
2. Опис дисципліни
3. Структура курсу
4. Система оцінювання курсу
5. Оцінювання відповідно до графіку навчального процесу
6. Ресурсне забезпечення
7. Контактна інформація
8. Політика навчальної дисципліни

1. Загальна інформація

Назва дисципліни	Гімнастика і акробатика в хореографії
Освітня програма	Хореографія
Спеціалізація (за наявності)	
Спеціальність	024 Хореографія
Галузь знань	02 Культура та мистецтво
Освітній рівень	бакалавр
Статус дисципліни	вибіркова
Курс / семестр	2/3-4
Розподіл за видами занять та годинами навчання (якщо передбачені інші види, додати)	Лекції Практичні заняття – 80 год. Індивідуальні заняття – 10 год Самостійна робота – 90 год.
Мова викладання	Українська
Посилання на сайт дистанційного навчання	www.d-learn.pnu.edu.ua

2. Опис дисципліни

Мета та цілі дисципліни
Метою навчальної дисципліни є формування базових професійно-педагогічних знань, вмінь і навичок з основ гімнастики і акробатики, які забезпечують теоретичну і практичну підготовку викладача хореографії.
Компетентності
ЗК05. Навички здійснення безпечної діяльності СК05.Здатність використовувати широкий спектр міждисциплінарних зв'язків для забезпечення освітнього процесу в початкових, профільних, фахових закладах. СК11. Здатність здійснювати репетиційну діяльність, ставити та вирішувати професійні завдання, творчо співпрацювати з учасниками творчого процесу. СК14.Здатність забезпечувати високий рівень володіння танцювальними техніками, виконавськими прийомами, застосовувати їх як виражальний засіб. СК15. Здатність застосовувати набуті виконавські навички в концертно-сценічній діяльності, підпорядковуючи їх завданням хореографічного проекту. СК16. Здатність дотримуватись толерантності міжособистісних стосунках, етичних і добродійних взаємовідносин у сфері виробничої діяльності.
Програмні результати навчання
ПР05. Аналізувати проблеми безпеки життєдіяльності людини у професійній сфері, мати навички їх попередження, вирішення та надання першої допомоги. ПР11. Використовувати інноваційні технології, оптимальні засоби, методики, спрямовані на удосконалення професійної діяльності, підвищення особистісного рівня володіння фахом. ПР14.Володіти принципами створення хореографічного твору, реалізуючи практичне втілення творчого задуму ,відповідно до особистісних якостей автора. ПР15. Мати навички використання традиційних та інноваційних методик викладання фахових дисциплін. ПР16. Аналізувати і оцінювати результати педагогічної, асистентської - балетмейстерської, виконавської, організаційної діяльності.

3. Структура дисципліни

№	Тема	Результати навчання	Завдання
---	------	---------------------	----------

1	Функціональні можливості хореографії використанням вправ циклічного характеру	<p>знати: в загальну характеристику витривалості; з засоби та методи розвитку витривалості в хореографії;</p> <p>вміти: використовувати методику навчання і виконання вправ циклічного характеру (ходьба на довгі дистанції, біг на довгі дистанції та бігові легкоатлетичні вправи)</p>	<p>1. Розкрити зміст основних понять теми. 2. Пройти тестові завдання.</p>
2	Вікові особливості різних періодів життя дорослої людини.	<p>знати: загальну характеристику гнучкості та методики стретчінг; засоби і методи розвитку гнучкості в хореографії.</p> <p>вміти: застосовувати методику навчання та виконання вправ на розтягування.</p>	<p>1. Розкрити зміст понять теми 2. Пройти тестові завдання.</p>
3	Розвиток координаційних здібностей хореографії використанням основних гімнастичних, акробатичних вправ та допоміжних засобів	<p>знати: в загальну характеристику координаційних здібностей та їх важливість у хореографії; з засоби та методи розвитку координації в хореографії; Техніку виконання перекатів вперед, назад з поступовим доторканням до опори і перекидом через голову.</p> <p>вміти: правильно застосовувати методику навчання та виконання вправ різної координаційної спрямованості (використання півсфер, балансувальної платформи, а також засобів тхеквондо та бадмінтону); правильно виконувати переكاتи вперед, назад з поступовим доторканням до опори і перекидом через голову;</p>	<p>1. Розкрити зміст понять теми. 2. Пройти тестові завдання.</p>
4	Розвиток силових здібностей використанням гімнастичних вправах статичного та вибухового характеру	<p>знати: в загальну характеристику силових здібностей та їх важливість у хореографічному мистецтві; з засоби та методи розвитку різновидів сили; різновиди стійки на руках та способи виходу в стійку на руках.</p> <p>вміти:</p>	<p>1. Розкрити зміст понять теми 2. Пройти тестові завдання.</p>

		застосовувати методику навчання та виконання гімнастичних вправ силового характеру (комплекси вправ статичного характеру, комплекси стрибкових вправ, комплекси вправ з обтяженням та додатковими засобами) комплексний підхід та пріоритетність розвитку рухових якостей у різні вікові періоди дорослих людей; правильно виконувати вправи для вдосконалення стійкості на двох руках і на одній руці.	
5.	Розвиток швидкісних здібностей в хореографічному мистецтві.	знати: загальну характеристику швидкісних здібностей та їх важливість у хореографічному мистецтві; засоби та методи розвитку різновидів швидкості; різновиди підскоків та переворотів. вміти: використовувати методику навчання та виконання гімнастичних вправ швидкісного характеру (використання бігових вправ, темпінг тестів); правильно виконувати підскоки з місця, вальсет, темповий підскок; правильно виконувати переворот боком (колесо).	1. Розкрити зміст понять теми 2. Пройти тестові завдання.
6.	Оволодіти прийомами допомоги і страхування під час виконання акробатичних вправ	знати: значення і різновиди прийомів допомоги на заняттях гімнастикою та акробатикою. Правила розбігу, приземлення, падіння. вміти: застосовувати страхування на заняттях гімнастикою та акробатикою.	1. Розкрити зміст понять теми. 2. Пройти тестові завдання.
7.	Основи техніки виконання і методики навчання елементів акробатики у хореографії	знати: методику навчання та виконання перекиду вперед та назад убік у різних вихідних положеннях. вміти: застосовувати методика навчання та виконання стійки на голові та руках; повільні перевороти вперед, назад, боком, зі зміною ніг; рондат, рондат-фляк; махове, бедуїнське, із поворотом.	1. Розкрити зміст понять теми. 2. Пройти тестові завдання.

4. Система оцінювання курсу

Накопичування балів під час вивчення дисципліни

Види навчальної роботи	Максимальна кількість балів
Практичне (семінарське) заняття	25
Самостійна робота	5
Індивідуальні заняття	25
Екзаменаційне тестування	50
Максимальна кількість балів	100

5. Оцінювання відповідно до графіку навчального процесу

Поточне тестування та самостійна робота												Сума	
T1 РП	T2 РП	T3 РП	T4 РП	T5 РП	T6 РП	T7 РП				СР	ІЗ	Екзамен	100
100	100	100	100	100	100	100				100	100	100	
0,25									0,05	0,25	0,50		

T1, T2 ... T7 – теми практичних занять.

СР – самостійна робота

ІЗ – індивідуальні заняття

Шкала оцінювання: національна та ECTS

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
80 – 89	B	добре	
70 – 79	C		
60 – 69	D	задовільно	
50 – 59	E		
26 – 49	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-25	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

- Оцінювання відповідей студентів на практичних і семінарських заняттях відбувається за 100 бальною шкалою.
- По завершенні теоретичного навчання середнє арифметичне усіх отриманих оцінок у 100-бальній шкалі множиться на ваговий коефіцієнт 0,35, відповідно – максимальний бал за усі отриманні заняття у підсумку може скласти 35 балів.
- Оцінювання за додаткову роботу відбувається у 100-бальній шкалі, отримана оцінка сходиться на ваговий коефіцієнт 0,10.
- Підсумкова оцінка за вивчення дисципліни складається із математичної суми балів за роботу на парах (максимально – 25 балів), самостійну роботу (оцінка виставляється у 100-бальній шкалі і множиться на ваговий коефіцієнт 0,05, відповідно максимальний бал за самостійну роботу може скласти 5 балів) і індивідуальні заняття (максимальний бал – 25 балів), що в сумі максимально може скласти 100 балів.
- При виставленні балів за модульний контроль оцінюються: рівень теоретичних знань та практичні навички з тем, включених до змістових модулів, самостійне опрацювання тем, написання рефератів, опрацювання завдань, підготовка конспектів навчальних текстів, тощо.
- Якщо студент не складав змістовий модуль з поважних причин, які підтверджені документально, то він має право на його складання з дозволу зав. кафедри (за заявою).
- Допуск до заліку становить мінімум 50 балів, максимум 100 балів;

Критерії оцінювання за 100-бальною шкалою:

- *90-100 балів* – Студент вільно володіє навчальним матеріалом; висловлює свої думки; творчо виконує індивідуальні та колективні завдання; самостійно знаходить додаткову інформацію та використовує її для реалізації поставлених перед ним завдань; вільно використовує нові інформаційні технології для поповнення власних знань; комунікативні уміння та навички сформовані на високому рівні; може аргументовано обрати раціональний спосіб виконання завдання і оцінити результати власної практичної діяльності; виконує завдання, не передбачені навчальною програмою; вільно використовує знання для розв'язання поставлених перед ним завдань.
- *70-89 балів* – Студент вільно володіє навчальним матеріалом, застосовує знання на практиці; узагальнює і систематизує навчальну інформацію, але допускає незначні граматичні помилки у порівняннях, формулюванні висновків, застосуванні теоретичних знань на практиці; за зразком самостійно виконує практичні завдання, передбачені програмою; має стійкі навички виконання завдань.

- *50-69 балів* – Студент володіє навчальним матеріалом поверхово, фрагментарно; на рівні запам'ятовування відтворює певну частину навчального матеріалу з елементами логічних зв'язків; знайомий з основними поняттями навчального матеріалу; комунікативні уміння та навички сформовані частково; під час відповіді допускаються суттєві граматичні помилки; має елементарні нестійкі навички виконання завдань; планує та виконує частину завдань за допомогою викладача.
- *Менше 50 балів* – У студента не сформовані комунікативні уміння та навички; студент допускає велику кількість граматичних помилок, що ускладнює розуміння; студент не володіє навчальним матеріалом; виконує лише елементарні завдання, потребує постійної допомоги викладача.

6. Ресурсне забезпечення

Матеріально-технічне забезпечення	Мультимедіа (відеофайли, рисунки, схеми).
Література	
Основна	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Теорія і методика фізичного виховання /Під ред. Круцевич Т.Ю. К.: Олімпійська література, 2008. Т.1 . 391 с. 2. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання. /Під ред. Круцевич Т.Ю. К.: Олімпійська література, 2008. Т. 2. 366 с. 3. Линець М. М. Основи методики розвитку рухових якостей: навч. посібник для вузів з фізичної культури. Львів: “Штабор”, 1997. 136 с. 4. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1. Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2001. 272 с. 5. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 2. Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2002. 248 с. 6. Valentyna Sosina, Значення й методика розвитку активної та пасивної гнучкості в хореографії , Танцювальні студії: Том 2 № 1 (2019) 7. Valentyna Sosina, Шляхи інтеграції хореографічного мистецтва та техніко-естетичних видів спорту , Танцювальні студії: № 1 (2018) 8. Valentyna Sosina, Особливості хореографічної підготовки в спорті , Танцювальні студії: Том 3 № 1 (2020). 9. Сосина В.Ю. Хореография в гимнастике : учеб. пособие для студентов вузов. Киев : Олимпийская литература, 2009. 135 с. 10. Тодорова В.Г. Хореографічна підготовка в техніко-естетичних видах спорту : монографія. Львів : ЛДУФК; 2018. 252 с. 	
Додаткова	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Цветкова Л.Ю. Методика викладання класичного танцю : Підручник. 2-е вид. Київ : Альтерпрес, 2007. 324 с.: іл. 2. Steven Santos. Simply Circus. Introduction to Rigging Lyras and Trapeze Bars. Simply Circus: Inc., 2013. 3. Pony Poison. Simply circus. Aerial silk. URL: http://www.simplecircus.com.au/face-painting-balloons.html 4. Pole UNIVERSE 2020. URL: http://www.royalpoledance.com/pu.html 	

7. Контактна інформація

Кафедра	Кафедра теорії та методики фізичної культури і спорту м.Івано-Франківськ, вул. Шевченка, 57 каб. 407
---------	--

	тел. +38(0342) 59-60-19 https://ktmfks.pnu.edu.ua/ e-mail: ktmfks@pnu.edu.ua
Викладач	Ковальчук Лідія Валеріївна, Кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент Ткачівська Інна Михайлівна, Кандидат педагогічних наук, доцент
Контактна інформація викладача	0993761646 lidia.kovalchuk@pnu.edu.ua

Академічна доброчесність	<p>Дотримання академічної доброчесності засновується на ряді положень та принципів академічної доброчесності, що регламентують діяльність здобувачів вищої освіти та викладачів університету:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Кодекс честі ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника» ➤ Положення про запобігання академічному плагіату та іншим порушенням академічної доброчесності у навчальній та науково-дослідній роботі студентів ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника». ➤ Положення про Комісію з питань етики та академічної доброчесності ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника». ➤ Положення про запобігання академічному плагіату у ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника». ➤ Склад комісії з питань етики та академічної доброчесності ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника». ➤ Лист МОН України «До питання уникнення проблем і помилок у практиках забезпечення академічної доброчесності». <p>Ознайомитися з даними положеннями та документами можна за посиланням: https://pnu.edu.ua/положення-про-запобігання-плагіату/</p>
Пропуски занять (відпрацювання)	<p>Можливість і порядок відпрацювання пропущених студентом занять регламентується у відповідності до «Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності студентів ДВНЗ «Прикарпатського національного університету ім. Василя Стефаника» (введено в дію наказом ректора №799 від 26.11.2019)» (див. стор. 4.).</p> <p>Ознайомитися з положенням можна за посиланням: https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</p>
Виконання завдання пізніше встановленого терміну	<p>У разі виконання завдання студентом пізніше встановленого терміну, без попереднього узгодження ситуації з викладачем, регламентується у відповідності до «Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності студентів ДВНЗ «Прикарпатського національного університету ім. Василя Стефаника» (введено в дію наказом ректора №799 від 26.11.2019)» »</p> <p>– стор. 4-5.</p> <p>Ознайомитися із положенням можна за посиланням:</p>

Невідповідна поведінка під час заняття	https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/ Невідповідна поведінка під час заняття регламентується рядом положень про академічну доброчесність (див. вище) та може призвести до відрахування здобувача вищої освіти (студента) «за порушення навчальної дисципліни і правил внутрішнього розпорядку вищого закладу освіти», відповідно до п.14 «Відрахування студентів» «Положення про порядок переведення, відрахування та поновлення студентів вищих закладів освіти» – ознайомитися із положенням можна за посиланням: https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/
Додаткові бали	Отримання додаткових балів за дисципліною можливе в разі виконання індивідуальних завдань, попередньо узгоджених з викладачем. Перелік індивідуальних завдань міститься у навчальній програмі до курсу. Також за рішенням кафедри професійної освіти та інноваційних технологій студентам, які брали участь у науково-дослідній роботі (роботі конференцій, студентських наукових гуртків та проблемних груп, підготовці публікацій), а також були учасниками олімпіад, конкурсів, можуть присуджуватися додаткові бали «Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності студентів ДВНЗ “Прикарпатського національного університету ім. Василя Стефаника ” (введено в дію наказом ректора №799 від 26.11.2019) – стор. 3. ознайомитися із положенням можна за посиланням: https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/
Неформальна освіта	Можливість зарахування результатів неформальної освіти регламентується «Положенням про порядок зарахування результатів неформальної освіти у ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника» (введено в дію наказом ректора №819 від 29.11.2019) – https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/

Викладач:

Л. В.Ковальчук
І. М. Ткачівська