

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



Факультет фізичного виховання і спорту

Кафедра спортивно-педагогічних дисциплін

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

**МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ ГІМНАСТИКИ, РИТМІКИ,
ХОРЕОГРАФІЇ І ЧИРЛІДИНГУ**

Освітня програма «Середня освіта»

Перший (бакалаврський) рівень

Спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура)

Галузь знань 01 Освіта / Педагогіка

Затверджено на засіданні кафедри спортивно-педагогічних дисциплін
Протокол № 4 від “20” листопада 2023 р.

Івано-Франківськ - 2023

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 | Методика викладання гімнастики, ритміки, хореографії і чирлідінгу |
| Освітня програма | Середня освіта (Фізична культура) |
| Спеціальність | 014 Середня освіта (Фізична культура) |
| Галузь знань | 01 Освіта / Педагогіка |
| Рівень освіти | Перший (бакалаврський) рівень |
| Статус дисципліни | Нормативна |
| Курс / семестр | 1/1,2 |
| Розподіл за видами занять та годинами навчання (якщо передбачені інші види, додати) | Лекції – 1с. - 16 год. 2с. - 8 год. Практичні заняття – 1с. - 42 год. 2с. – 24год. Самостійна робота – 1с. - 122 год. 2с. – 58 год. |
| Мова викладання | українська |
| 2. Опис дисципліни | |
| Дисципліна призначена для студентів першого курсу спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) та покликана сформувати у них цілісну систему знань щодо методики викладання гімнастики, ритміки, хореографії і чирлідінгу, оволодіння технікою вправ основної гімнастики, виконання гімнастичних вправ під музичний супровід та методикою навчання основних гімнастичних елементів, танцювальних кроків й елементів чирлідінгу. | |
| Мета та цілі курсу | |
| Вивчення методики викладання гімнастики, оволодіння технікою вправ основної гімнастики, засвоєння необхідних професійних вмінь та навичок пов'язаних із грамотним доббором музичного супроводу та вмінням виконувати вправи під музику, оволодінням технікою виконання та методикою навчання основних танцювальних кроків, а також професійними вміннями і навичками необхідними в практичній діяльності вчителя фізичного виховання, тренерській та організаційній роботі в галузі фізичної культури та спорту. | |
| Компетентності | |
| Загальні компетентності (ЗК): | |
| ЗК-1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями. ЗК-2. Здатність реалізовувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні. ЗК-3. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і примножувати досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій. | |

- ЗК-4. Здатність до організаційної роботи, взаємодії в колективі, вміння враховувати психоемоційні особливості окремих осіб, зокрема, та колективу, загалом;
- ЗК-5. Здатність працювати в команді, виконувати роботу в групі під керівництвом лідера, мати навички, що демонструють здатність до врахування вимог трудової дисципліни і інтересів колективу;
- ЗК-6. Здатність спілкуватися (першою) рідною мовою, правильно і логічно будувати своє усне й писемне мовлення;
- ЗК-8. Здатність здійснювати аналіз й осмислення загальнонаукової та професійно орієнтованої літератури, у тому числі іноземної;
- ЗК-9. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
- ЗК-10. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).
- ЗК-11. Здатність використовувати інформаційно-комунікаційні технології.
- ЗК-12. Здатність до адаптації та дії в новій ситуації.

Фахові компетентності (ФК):

- ФК-1. Здатність формувати в учнів предметні компетентності з фізичного виховання, медико-біологічних та психологічних основ і технологій розвитку рухових умінь і навичок та фізичних якостей, санітарногігієнічних основ діяльності у сфері фізичної культури, відповідно до вимог стандарту середньої освіти.
- ФК-2. Здатність застосовувати сучасні методи й освітні технології навчання у фізичному вихованні.
- ФК-3. Здатність здійснювати об'єктивний контроль і оцінювання рівня навчальних досягнень учнів з фізичної культури
- ФК-4. Здатність аналізувати особливості сприйняття та засвоєння учнями навчальної інформації з метою прогнозу ефективності та корекції навчально-виховного процесу з фізичного виховання.
- ФК-5. Здатність до володіння педагогічними, медико-біологічними, інформаційними технологіями для формування здорового способу життя, розвитку рухових умінь і навичок, розвитку фізичних (рухових) якостей у представників різних груп населення і самостійної розробки методик і технологій для інтегрального гармонійного розвитку людини.
- ФК-6. Здатність до аналізу, систематизації та оцінки педагогічного досвіду, здатність до розробки методики та технологій для розвитку рухових умінь і навичок та фізичних (рухових) якостей на основі розуміння і застосування положень фізіології, морфології, біохімії, біомеханіки.
- ФК-7. Здатність оволодівати базовими і новими видами спортивно-оздоровчої діяльності
- ФК-8. Здатність вести документацію, що забезпечує процес навчання з фізичної культури в закладах загальної середньої освіти.
- ФК-9. Здатність здійснювати профілактику травматизму, забезпечувати охорону життя і здоров'я дітей.
- ФК-10. Здатність самостійно проводити навчальні заняття з фізичної культури з дітьми шкільного віку та учнями в загальноосвітніх установах, освітніх закладах середньої та професійної освіти, позакласну спортивно-масову роботу з учнями.
- ФК-12. Здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів.
- ФК-13. Здатність виховувати в учнів соціально-особистісні якості:
цілеспрямованість, організованість, працьовитість, відповідальність, громадянськість, комунікативність.
- ФК-14. Здатність оцінювати фізичні здібності і функціональний стан учнів, адекватно вибирати засоби і методи рухової діяльності для корекції стану учнів з урахуванням їх індивідуальних особливостей.

ФК-18. Здійснювати пропаганду фізичної культури, спорту, туризму, здорового способу життя, у тому числі, з використанням сучасних інформаційних технологій.

ФК-19. Здатність до безперервного професійного розвитку.

5. Програмні результати навчання

ПРН-2. Знає та розуміє основні положення фізіології, біомеханіки, морфології, психології, біохімії для розвитку фізичних (рухових) якостей, формування рухових умінь і навичок людей різних вікових груп; закони і принципи навчання рухових умінь і навичок.

ПРН-3. Знає вимоги до оформлення документації та основні закономірності побудови документів для здійснення навчального процесу з фізичної культури

ПРН-4. Знає правила профілактики травматизму та надання першої медичної допомоги. ПРН-5. Знає вікові особливості та закономірності розвитку фізичних (рухових) якостей в різних видах рухової активності.

ПРН-6. Розуміє значення та зміст обраної професії; основних концепцій та базових понять у фізичній культурі.

ПРН-9. Розуміє основи загальної теорії і методики фізичного виховання; особливостей організації та проведення різних форм занять фізичними вправами з урахуванням освітніх та виховних завдань; принципів та особливостей розробки програм занять фізичною культурою. Знає, як застосовувати на практиці основні вчення в галузі фізичної культури. ПРН-13. Володіти педагогічними, медико-біологічними, інформаційними технологіями для формування здорового способу життя, розвитку рухових умінь і навичок, розвитку фізичних (рухових) якостей у представників різних груп населення і вміє самостійно розробляти методики і технології для інтегрального гармонійного розвитку людини.

ПРН-14. Володіти руховими навичками в базових видах спорту на рівні масових розрядів; володіти теорією і методикою розвитку рухових умінь і навичок в базових видах рухової активності; вдосконалювати руховий арсенал шляхом формування рухових умінь і навичок в інших видах рухової активності.

ПРН-15. Вміти розробляти навчально-методичні матеріали (робочі програми, навчально-тематичні плани) на основі освітнього стандарту та зразкових програм з урахуванням виду освітньої установи, особливостей класу / групи та окремих учнів.

ПРН-18. Володіє актуальними технологіями педагогічного контролю і корекції, засобами і методами управління станом людини.

ПРН-20. Здійснювати організацію діяльності населення з використанням різних видів та форм рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя, зокрема, зі спортивного туризму й орієнтування.

ПРН-21. Вміти проводити агітаційну роботу з пропаганди здорового способу життя різних груп населення.

ПРН-22. Вміти планувати фізичне навантаження відповідно до вікових, статевих, морфофункціональних та психологічних особливостей людини і рівня її підготовленості. ПРН-23. Вміє надавати долікарську медичну допомогу при невідкладних станах та патологічних процесах в організмі людини .

ПРН-24. Здатність спілкуватися українською та іноземною мовами у професійному середовищі, володіти фаховою термінологією та професійним дискурсом, дотримуватися етики ділового спілкування.

ПРН-25. Здатність засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.

ПРН-27. Організовувати співпрацю учнів і вихованців та ефективно працює в команді

(педагогічному колективі освітнього закладу, інших професійних об'єднаннях). 2. Перелік компонентів освітньо-професійної програми та їх логічна послідовність 2.1. Перелік компонентів освітньої програми .

ПРН-28. Розуміти значення культури як форми людського існування, цінувати різноманіття та мультикультурність світу і керуватися у своїй діяльності сучасними принципами толерантності, діалогу і співробітництва.

3. Структура дисципліни

| № з/п | Тема | Результати | Завдання |
|---|---|--|--|
| Змістовий модуль 1. | | | |
| Основні види і засоби гімнастики | | | |
| 1. | Введення в курс гімнастики | <p>Розглянути поняття, формувати знання, узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Предмет і завдання гімнастики. ✓ Місце гімнастики в системі фізичного виховання. ✓ Засоби гімнастики. Методичні особливості гімнастики. ✓ Види гімнастики і їх класифікація. ✓ Характеристика освітньо-розвиваючих видів гімнастики. ✓ Характеристика оздоровчих видів гімнастики. ✓ Характеристика спортивних видів гімнастики. | <ul style="list-style-type: none"> • тестування; • контрольні запитання; • практичні завдання; • завдання для індивідуальної роботи; • завдання для самостійної роботи; • написання реферату |
| 2. | Методика проведення стройових вправ. | <p>Розглянути поняття, формувати знання, узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Характеристика і класифікація стройових вправ. ✓ Вимоги до подачі команд і розпоряджень. Місце викладача під час проведення стройових вправ. ✓ Методика навчання стройовим вправам. | <ul style="list-style-type: none"> • тестування; • контрольні запитання; • практичні завдання; • завдання для індивідуальної роботи; • завдання для самостійної роботи; • написання реферату |

| | | | |
|----|--|--|--|
| 3. | Основи гімнастичної термінології. | <p>Розглянути поняття, формувати знання, узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Термінологія та її значення ✓ Вимоги до гімнастичної термінології. ✓ Способи утворення термінів. ✓ Правила застосування термінів. ✓ Правила скорочень. | <ul style="list-style-type: none"> •тестування; •контрольні запитання; •практичні завдання; •завдання для індивідуальної роботи; •завдання для самостійної роботи; •написання реферату |
| 4. | Характеристика ЗРВ та комплексів з них. | <p>Розглянути поняття, формувати знання та вміння узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Значення і класифікація ЗРВ. ✓ Особливості ЗРВ. ✓ Види ЗРВ. ✓ Загальні вимоги до комплексів ЗРВ. ✓ Методика складання комплексів ЗРВ для дітей різного віку. ✓ Методика складання комплексу ЗРВ для спортсменів. ✓ Методика складання комплексів ранкової гігієнічної гімнастики. ✓ Методика складання комплексу лікувальної гімнастики. | <ul style="list-style-type: none"> •тестування; •контрольні запитання; •практичні завдання; •завдання для індивідуальної роботи; •завдання для самостійної роботи; •написання реферату |

| | | | |
|---|---|---|--|
| 5. | Урок, як основна форма організації навчального процесу. | <p>Розглянути поняття, формувати знання та вміння узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Структура уроку гімнастики і її обґрунтування. ✓ Характеристика підготовчої частини уроку. ✓ Характеристика основної частини уроку. ✓ Характеристика заключної частини уроку. ✓ Способи організації учнів на уроці. ✓ Щільність уроку. | <ul style="list-style-type: none"> •тестування; •контрольні запитання; •практичні завдання; •завдання для індивідуальної роботи; •завдання для самостійної роботи; •написання реферату |
| 6. | Запобіжні заходи попередження травм на заняттях з гімнастики, ритміки хореографії та чирлідінгу. | <p>Розглянути поняття, формувати знання та вміння узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Значення боротьби з спортивним травматизмом. Характеристика травм на заняттях з гімнастики і подання першої допомоги. ✓ Причини травматизму. Основні запобіжні заходи проти травматизму на заняттях з гімнастики. ✓ Лікарський контроль і самоконтроль. ✓ Методика використання прийомів страхування, допомоги і самострахування. | <ul style="list-style-type: none"> •тестування; •контрольні запитання; •практичні завдання; •завдання для індивідуальної роботи; •завдання для самостійної роботи; •написання реферату |
| Змістовий модуль 2. Методика проведення підготовчої частини заняття з гімнастики | | | |
| 7. | Техніка виконання і методика проведення основних ЗРВ. | <p>Розглянути поняття, формувати знання та вміння узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Термінологія ЗРВ: 1)Основні терміни ЗРВ. | <ul style="list-style-type: none"> •тестування; •контрольні запитання; •практичні завдання; •завдання для індивідуальної роботи; •завдання для самостійної роботи; |

| | | | |
|----|-----------------------------------|---|---|
| | | <p>2)Правила і форми запису ЗРВ. 3)Методи навчання ЗРВ.</p> <p>✓ Вимоги до складання комплексів ЗРВ. Складання комплексів ЗРВ для різних груп м'язів:</p> <p>1)Вправи для рук і плечового поясу. 2)Вправи для м'язів шиї. 3)Вправи для ніг та тазового поясу. 4)Вправи для м'язів тулуба. 5)Вправи для всього тіла. 6)Вправи для формування правильної постави.</p> <p>✓ Способи проведення ЗРВ: прохідний (в русі), роздільний і потоковий. ✓ Особливості складання комплексів ЗРВ:</p> <p>1)ЗРВ без предметів. 2)ЗРВ з гімнастичною палицею. 3)ЗРВ зі скакалкою. 4)ЗРВ біля і на гімнастичній стінці. 5)ЗРВ з лавою.</p> <p>Виправлення помилок при проведенні ЗРВ.</p> | <p>•написання комплексів ЗРВ; • проведення на оцінку комплексів ЗРВ</p> |
| 8. | Проведення комплексів ЗРВ. | <p>Формувати знання, вміння та навички для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань:</p> <p>✓ 1)Особливості складання і проведення комплексу ЗРВ без предметів. ✓ 2)Особливості складання і проведення комплексу ЗРВ з гімнастичною палицею. ✓ 3)Особливості складання і проведення комплексу ЗРВ зі скакалкою. ✓ 4)Особливості складання і проведення комплексу ЗРВ біля і на гімнастичній стінці. ✓ 5)Особливості складання і проведення комплексу ЗРВ з лавою.</p> | <p>•тестування; •контрольні запитання; •практичні завдання; •завдання для індивідуальної роботи; •завдання для самостійної роботи; •написання комплексів ЗРВ; • проведення на оцінку комплексів ЗРВ</p> |
| 9. | Розвиток фізичних | <p>Формувати знання, вміння та навички для формування загальних та</p> | <p>•тестування; •контрольні запитання;</p> |

| | | | |
|---|---|--|--|
| | якостей за допомогою комплексів ЗРВ. | спеціальних компетентностей із таких питань: 1)Комплекси ЗРВ для розвитку сили. 2)Комплекс ЗРВ для розвитку гнучкості. 3)Комплекс ЗРВ для розвитку спритності. 4)Контрольні нормативи для визначення фізичної підготовленості. | <ul style="list-style-type: none"> •практичні завдання; •завдання для індивідуальної роботи; •завдання для самостійної роботи; •написання комплексів ЗРВ; •проведення на оцінку комплексів ЗРВ |
| 10. | Проведення підготовчої частини заняття з гімнастики за конспектом згідно завдань викладача (навчальна практика). | Проведення підготовчої частини заняття з гімнастики за конспектом згідно завдань викладача (навчальна практика). | <ul style="list-style-type: none"> • завдання для індивідуальної роботи; •написання плану-конспекту підготовчої частини заняття; • проведення підготовчої частини заняття з гімнастики на оцінку |
| Змістовний модуль 3. Методика проведення занять з музичної ритміки та хореографії. | | | |
| 1. | Музична ритміка і хореографія – як засоби естетичного виховання людини. | Розглянути поняття, формувати знання та вміння узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань: ✓ Значення ритміки і хореографії для гармонійного розвитку підростаючого покоління. ✓ Особливості навчання танцювальним крокам і композиціям. Використання музичного супроводу на заняттях з гімнастики. | <ul style="list-style-type: none"> •тестування; •контрольні запитання; •практичні завдання; •завдання для індивідуальної роботи; •завдання для самостійної роботи; •написання реферату |

| | | | |
|----|--|--|---|
| 2. | Використання засобів музичної ритміки і хореографії у фізичному та естетичному вихованні дітей. | <p>Розглянути поняття, формувати знання та вміння узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Характеристика засобів муз. ритміки і хореографії, які використовуються на заняттях з дітьми. ✓ Методика проведення занять з дошкільнятами. ✓ Методика проведення занять з молодшими школярами. | <ul style="list-style-type: none"> •тестування; •контрольні запитання; •практичні завдання; •завдання для індивідуальної роботи; •завдання для самостійної роботи; •написання реферату |
| 3. | Виконання ритмічних завдань. | <p>Розглянути поняття, формувати знання та вміння узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Вивчення марширування під музику з зупинками в кінці музичного періоду. ✓ Вивчення подач стройових команд згідно музичного супроводу (ходьба на місці і зупинка групи, ходьба в обхід і зупинка групи, перехід з ходьби на біг та ін.). ✓ Вивчення підбору музичного супроводу для виконання ЗРВ. ✓ Проведення комплексу ЗРВ зі студентами групи самостійно під музичний супровід. | <ul style="list-style-type: none"> •тестування; •контрольні запитання; •практичні завдання; •завдання для індивідуальної роботи; •завдання для самостійної роботи; •проведення ЗРВ під музику |
| 4. | Вивчення танцювальних кроків. | <p>Розглянути поняття, формувати знання та вміння узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Вивчення кроку польки і танцювальної композиції “Полька”. ✓ Вивчення основних кроків вальсу. ✓ Вивчення рухів українського танцю “Гопак”, “Вальс”. | <ul style="list-style-type: none"> •тестування; •практичні завдання; •завдання для індивідуальної роботи; •завдання для самостійної роботи; •виконання танцювальних кроків |

Змістовний модуль 4. Методика проведення занять з гімнастики.

| | | | |
|------------------|--|--|--|
| <p>5.</p> | <p>Методика викладання основної гімнастики в навчальних закладах.</p> | <p>Розглянути поняття, формувати знання та вміння узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Значення гімнастики в фізичному вихованні підростаючого покоління. ✓ Методичні особливості занять гімнастикою з дошкільнятами. Методика проведення занять з школярами. Методика занять гімнастикою з дітьми молодшого шкільного віку. ✓ Методика занять гімнастикою з дітьми середнього шкільного віку. ✓ Методика занять гімнастикою з дітьми старшого шкільного віку. | <ul style="list-style-type: none"> •тестування; •контрольні запитання; •практичні завдання; •завдання для індивідуальної роботи; •завдання для самостійної роботи; •вивчення і проведення гімнастичних елементів; |
| <p>6.</p> | <p>Основи методики навчання гімнастичним елементам.</p> | <p>Розглянути поняття, формувати знання та вміння узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Характеристика вправ на гімнастичних приладах. Основи техніки виконання гімнастичних вправ. ✓ Загальна характеристика етапів навчання техніки гімнастичних вправ. <ol style="list-style-type: none"> 1)Характеристика етапу початкового навчання. 2)Характеристика етапу поглибленого навчання. 3)Характеристика етапу закріплення і удосконалення. ✓ Методи розучування гімнастичних елементів. ✓ Прийоми страхування та удосконалення. | <ul style="list-style-type: none"> •тестування; •контрольні запитання; •практичні завдання; •завдання для індивідуальної роботи; •завдання для самостійної роботи; • вивчення і проведення гімнастичних елементів. |

| | | | |
|----|---|--|---|
| 7. | Методика навчання гімнастичним елементам (навчальна практика). | <p>Формувати знань ,вмінь та навичок для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань:</p> <p>1. Методика навчання основним акробатичним елементам.</p> <p>1)методика навчання групування, перекату вперед і назад, перекиду вперед;</p> <p>2)методика навчання перекиду назад;</p> <p>3)методика навчання стійки на лопатках;</p> <p>4)методика навчання стійки на руках.</p> <p>5)Виправлення помилок.</p> <p>6)Прийоми страхування.</p> <p>2. Методика навчання гімнастичним вправам на брусах</p> <p>Виправлення помилок. Прийоми страхування.</p> <p>3. Методика навчання гімнастичним вправам на перекладині.</p> <p>Виправлення помилок. Прийоми страхування.</p> <p>4. Методика навчання опорним стрибкам.</p> <p>Виправлення помилок. Прийоми страхування.</p> | <ul style="list-style-type: none"> •тестування; •контрольні запитання; •практичні завдання; •завдання для індивідуальної роботи; •завдання для самостійної роботи; • вивчення і проведення гімнастичних елементів. |
| 8. | Методика проведення основної частини уроку. | <p>Формувати знань ,вмінь та навичок для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Організація учнів на уроці. ✓ Організація місць занять при виконанні вправ на приладах. ✓ Проведення спеціальної розминки на приладах. Проведення основної частини уроку по конспекту за завданням викладача (навчальна практика). | <ul style="list-style-type: none"> •тестування; •практичні завдання; •завдання для індивідуальної роботи; •завдання для самостійної роботи; •написання плану-конспекту заняття з гімнастики; •проведення основної частини уроку з гімнастики на оцінку. |
| 9. | Проведення | Проведення заняття з гімнастики за | •практичні завдання; |

| | | | |
|-----|---|---|--|
| | заняття з гімнастики за конспектом згідно завдань викладача (навчальна практика). | конспектом згідно завдань викладача (навчальна практика). | <ul style="list-style-type: none"> •завдання для індивідуальної роботи; •завдання для самостійної роботи; •проведення уроку з гімнастики на оцінку |
| 10. | Основна характеристика чирлідінгу. | <p>Розглянути поняття, формувати знання та вміння узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Історія розвитку. Основні положення чирлідінгу. ✓ Різновиди програм та склад команд з чирлідінгу для участі у змаганнях. ✓ Базові елементи чирлідінгу. | <ul style="list-style-type: none"> •тестування; •контрольні запитання; •практичні завдання; •завдання для індивідуальної роботи; •завдання для самостійної роботи; •написання реферату |

4. Система оцінювання курсу

| Накопичування балів під час вивчення дисципліни 1 семестр (Залік) | | |
|--|---------------------------|-----------------------------|
| Види навчальної роботи | | Максимальна кількість балів |
| Практичне заняття | Тестовий контроль | 10 |
| | Усна відповідь | 10 |
| | Написання плану-конспекту | 10 |
| Індивідуальне завдання | Проведення занять | 10 |
| Самостійна робота | Практичні навички | 10 |
| Залік | | 50 |
| Максимальна кількість балів | | 100 |
| Накопичування балів під час вивчення дисципліни 2 семестр (Екзамен) | | |
| Види навчальної роботи | | Максимальна кількість балів |
| Практичне заняття | Тестовий контроль | 10 |
| | Усна відповідь | 10 |
| | Написання плану-конспекту | 10 |
| Індивідуальне завдання | Проведення занять | 10 |
| Самостійна робота | Практичні навички | 10 |
| Екзамен | | 50 |
| Максимальна кількість балів | | 100 |

5. Оцінювання відповідно до графіку навчального процесу 1 семестр (Залік)

| Види навч. роботи | Графік навчального процесу | | | | | | | | | | | ІЗ | ПН | Разом | |
|-------------------|----------------------------|-----|-----|-----|------|------------------|---------------------------|-------|-------|-------|-------|-----|----|-------|------------------|
| | Номер практичного заняття | | | | | КСР ¹ | Номер практичного заняття | | | | | | | | КСР ² |
| | 1-2 | 3-4 | 5-6 | 7-8 | 9-10 | | 11-12 | 13-14 | 15-16 | 17-18 | 19-21 | | | | |
| Т | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | | | 10 | |
| УВ | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | | | 10 | |
| ПН | 10 | * | * | * | ** | | 10 | ** | ** | ** | ** | | 10 | 10 | |
| ІЗ | | | | | | | | | | | | 10 | | 10 | |
| СР | | | | | | 100 | | | | | | 100 | | 10 | |
| Залік | | | | | | | | | | | | | | 50 | |
| Разом | | | | | | | | | | | | | | 100 | |

2 семестр (Екзамен)

| Види навч. роботи | Графік навчального процесу | | | | | | | | | | | ІЗ | ПН | Разом | |
|-------------------|----------------------------|-----|-----|-----|-----|------------------|---------------------------|------|------|------|-------|-----|----|-------|------------------|
| | Номер практичного заняття | | | | | КСР ¹ | Номер практичного заняття | | | | | | | | КСР ² |
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | | 6 | 7 | 8 | 9-10 | 11-12 | | | | |
| Т | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | | | 10 | |
| УВ | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | | 10 | 10 | 10 | 10 | 10 | | | 10 | |
| ПН | 10 | *** | *** | *** | *** | | 10 | **** | **** | **** | **** | | 10 | 10 | |
| ІЗ | | | | | | | | | | | | 10 | | 10 | |
| СР | | | | | | 100 | | | | | | 100 | | 10 | |
| Екзамен | | | | | | | | | | | | | | 50 | |
| Разом | | | | | | | | | | | | | | 100 | |

Примітка. Позначено:

Т – тестовий контроль знань;

УВ – усна відповідь;

ПН – практичні навички;

***позначені теми, за які виставляється оцінка за оволодіння практичними навичками за модулем 3;

****позначені теми, за які виставляється оцінка за оволодіння практичними навичками за модулем 4;

ІЗ – індивідуальне завдання;

СР – самостійна робота;

КСР 1- контроль самостійної роботи 1;

КСР 2 – контроль самостійної роботи 2.

Тестовий контроль рівня знань студентів проводиться під час кожного практичного заняття і реалізується в системі дистанційного навчання або на паперових носіях.

Максимальна кількість балів, набрана під час тестового контролю на кожному практичному занятті, становить 100 (виставляється згідно % правильних відповідей).

Проходження всіх тестових завдань є обов'язковим для кожного студента.

Під час практичних занять студенти виконують практичні роботи з метою оволодіння практичними навичками (ПН). За кожним тематичним модулем передбачено виставлення оцінки за практичні навички. Оцінка виставляється за результатами виконання практичних робіт, де вказуються отримані результати, здійснена їх інтерпретація та сформульовані висновки. Підставою для

зарахування та оцінювання практичних навиків є здані і захищені протоколи практичних робіт. Виконання всіх практичних робіт і здача оформлених протоколів з результатами їх виконання та висновками є обов'язковою для усіх студентів.

Під час вивчення дисципліни студент здає практичні навички за 3 модулями.

Максимально можлива кількість балів, яку може отримати студент за практичні навички за кожен модуль, становить 10 балів.

Індивідуальне завдання (ІЗ) є обов'язковим для виконання кожним студентом. Реалізується виконання індивідуального завдання шляхом підготовки та оприлюднення презентації-доповіді згідно обраної тематики.

Тематика для індивідуальних завдань є розроблена у відповідності до актуальних питань галузі та згідно програмного матеріалу курсу.

Можливе формулювання індивідуальної теми за межами пропонованої тематики з урахуванням бажання студентів, їх існуючих вмінь, навиків та уподобань, імовірного майбутнього працевлаштування, а також спортивної спеціалізації. Відбувається це за результатами індивідуальної співбесіди.

Якщо студент своєчасно (не пізніше 3 практичного заняття) не повідомив викладачу, яку тему обрав, то викладач самостійно закріплює за ним тему для виконання.

Максимально можлива кількість балів за індивідуальне завдання -10.

Індивідуальні завдання оприлюднюються у вигляді доповіді - презентації на відповідному практичному занятті згідно встановлених дат і термінів. Якщо індивідуальне завдання не було представлено вчасно без поважної причини, отримати максимальну кількість балів неможливо.

Найбільш цікаві та змістовні доповіді можуть бути рекомендовані для оприлюднення на студентських конференціях, круглих столах тощо.

Контроль самостійної роботи (КСР) відбувається згідно затвердженого університетом графіка навчального процесу двічі на семестр (в середині – КСР 1 та кінці семестру – КСР 2) за розкладом.

Для цього студент має самостійно опрацювати програмові питання у відповідності до теми. З темами, які виносяться на тижні контролю самостійної роботи, студент знайомиться на початку семестру. У методичних рекомендаціях до контролю самостійної роботи (КСР1, КСР 2) вказується тема (и), перелік програмових питань, які студент має опанувати, літературні джерела для опрацювання та інші матеріали за необхідності.

Контроль самостійної роботи реалізується шляхом проходження тестування на платформі дистанційного навчання або на паперових носіях.

Максимально можлива кількість балів, яку студент може набрати під час тестового контролю самостійної роботи – 100. (КСР 1=100, КСР 2=100).

На кожному занятті студент може отримати оцінку за усну відповідь (УВ), участь у дискусії, розв'язування ситуаційних задач тощо.

Максимально можлива кількість балів під час кожного заняття – 10.

Критерії оцінювання за 10-бальною шкалою:

- 9-10 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.

- 7-8 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.

- 5-6 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 5 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.

Таким чином, під час вивчення дисципліни здійснюється оцінювання 5 видів навчальної роботи:

1. Тестовий контроль знань;
2. Усна відповідь, участь у дискусіях, розв'язування ситуаційних задач;
3. Практичні навички;
4. Індивідуальні завдання;
5. Контроль самостійної роботи.

Кожен з цих видів дозволяє набрати студенту максимально 10 балів, що у підсумку становить 50.

На екзамені студент може набрати максимально 50 балів.

Екзамен проводиться у формі тестування на платформі дистанційного навчання або на паперових носіях згідно затверджених програмових вимог.

Додаткові бали студенту можуть бути нараховані, якщо результати виконання індивідуальних завдань та інших видів робіт є представлені на студентських конференціях, надруковані у збірниках матеріалів конференцій, а також за активну участь у дискусіях під час практичних занять.

За участь у науковій конференції чи публікацію матеріалів конференцій студенту може бути додано додатково 10 балів.

За активну участь у дискусіях студент може додатково отримати 5 балів.

Пропущені практичні заняття та КСР як з поважної, так і без поважної причини, відпрацьовуються в обов'язковому порядку згідно встановленого графіка відробок і консультацій, що затверджується перед початком семестру на кафедрі. Пропущене заняття вважається відпрацьованим, коли студент виконав усі передбачені форми роботи (тестовий контроль, практичні навички).

Якщо студент пропустив велику кількість занять через хворобу, участь у змаганнях, наукових конференціях тощо, можливе відпрацювання за індивідуальним графіком.

6. Ресурсне забезпечення

| | |
|-----------------------------------|---|
| Матеріально-технічне забезпечення | Мультимедіа (презентації, відеофайли, рисунки, схеми, та інше), спортивний інвентар та обладнання |
|-----------------------------------|---|

Рекомендована література

1. Ареф'єв В.Г. Основи теорії та методики фізичного виховання. Кам'янець-Подільський: ПП Буйницький О.А., 2011. 368 с.
2. Айунц Л.Р. Гімнастика. (Коротко про головне) / Методичні матеріали до теоричної підготовки студентів факультету фізичного виховання і спорту. Житомир: Вид-во ЖДУ, 2008. – 62 с.
3. Беляк Ю.І., Рихлюк С.П. Основна гімнастика (навчально-методичний посібник для студентів факультету фізичного виховання і спорту). Івано-Франківськ: “Гостинець”, 2003. 75с.
4. Гімнастика. Навчальний посібник для студентів коледжу ФВ. Частина 1,2. / Під загальною редакцією Б.М. Грабчука. Івано-Франківськ, 2002, 143с.
5. Дутчак М.В. Спорт для всіх в Україні : теорія і практика . Київ: Олімп. л-ра, 2009. 279 с.
6. Земська Н. О., Рихлюк С. П. Теорія і методика викладання гімнастики: навчально-методичний посібник. Івано-Франківськ, 2020. 123 с.
7. Земська Надія, Маланій Юрій. Програмування оздоровчих занять з гімнастики для дітей молодшого шкільного віку. *Еврика XXII: збірних студентських наукових праць*. Івано-Франківськ: Прикарпат. нац. у-т. ім. В. Стефаника, 2021, С.271-273.
8. Земська Надія. Вплив занять фітнесом на фізичний стан студенток. *Інноваційні підходи до фізичного виховання і спорту учнівської та студентської молоді: матеріали Всеукраїнської наукової конференції*. Тернопіль: В-во СМТ «ТАЙП», 2021. С. 82-86.
9. Огнистий А. В., Р. А. Власюк. Основні засоби гімнастики. Навчально-методичний посібник. Тернопіль: «ТАЙП», 2015. 241с.
10. Карпов І. Б., Корчинський В. Л. Фізична культура . Київ, 2006. 125 с.
11. Келлер В. С., Платонов В. М. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів . Львів : Українська Спортивна Асоціація, 1993. 216с.
12. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання. Київ : Олімпійська література, 2017. Т.2. 368 с.
13. Марченко Ю. П., Єретик А. А., Терещенко І. А., Добровольський Є. А., Шегімага В.Ф. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності. Київ, 2003. 140с.
14. Платонов В. М. Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті. Київ, 2004. 808 с.
15. Платонов В. М. , Булатова М. М. Фізична підготовка спортсмена . Київ, 1995. 215с.
16. Фізична культура. Програми для загально-освітніх навчальних закладів. Київ: Перун, 1998, 76с
17. Худолій О.М. Основи методики викладання гімнастики: Навчальний посібник. В 2-х частинах – вид.3-є. Харків, 2004. -Частина 1. 414с.
18. Худолій О.М. Основи методики викладання гімнастики: навч. посібник. у 2-х томах. 4-є вид., випр. і доп. Харків: «ОВС», 2008. Т. 1. 408с.
19. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання. Ч. I. Тернопіль.: Навчальна книга – Богдан, 2001. 271с.
20. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Ч. II. / Б. М. Шиян. Тернопіль : Навч. Книга – Богдан, 2002. –248с.

| 7. Контактна інформація | |
|--|---|
| Кафедра | Кафедра спортивно-педагогічних дисциплін м.Івано-Франківськ, вул. Шевченка, 57 каб. 101 тел. (0342) 59-60-20 https:// spd@pnu.edu.ua https://kspd.pnu.edu.ua/ |
| Викладач | Земська Надія Остапівна - кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри спортивно-педагогічних дисциплін |
| Контактна інформація викладача | Тел.: +38095-00-47-097 nadiia.zemska@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 style="text-align: center;">Ознайомитися з даними положеннями та документами можна за посиланням: tps://pnu.edu.ua/положення-про-запобігання-плагіату/</p> |
| Пропуски занять (відпрацювання) | Можливість і порядок відпрацювання пропущених студентом занять регламентується «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>(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, оцінка за завдання - «незадовільно», відповідно 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) – стор. 4-5.</p> <p>Ознайомитися із положенням можна за посиланням: https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</p> |
| Невідповідна поведінка під час заняття | <p>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/</p> |
| Додаткові бали | <p>Отримання додаткових балів за дисципліною можливе в разі виконання індивідуальних завдань, попередньо узгоджених з викладачем. Перелік індивідуальних завдань міститься у навчальній програмі до курсу.</p> <p>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.</p> |
| Неформальна освіта | <p>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/</p> |

Викладач:

Земська Н. О.