

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

Факультет фізичного виховання і спорту

Кафедра спортивно-педагогічних дисциплін

СИЛЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ ГІМНАСТИКИ

Освітня програма «Фізична культура і спорт»

Спеціальність - 017 фізична культура і спорт

Галузь знань 01 Освіта / Педагогіка

Затверджено на засіданні кафедри спортивно-педагогічних дисциплін

Протокол № 1 від “30” серпня 2020 р.

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	ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ ГІМНАСТИКИ
Освітня програма	Фізична культура і спорт
Спеціальність	017 Фізична культура і спорт
Галузь знань	01 Освіта/Педагогіка
Освітній рівень	бакалавр
Статус дисципліни	нормативна
Курс / семестр	1/1
Розподіл за видами занять та годинами навчання (якщо передбачені інші види, додати)	Лекції – 16 год. Практичні заняття – 60 год. Самостійна робота – 104 год.
Мова викладання	українська
Посилання на сайт дистанційного навчання	www.d-learn.pnu.edu.ua
2. Опис дисципліни	
Мета та цілі дисципліни	
<p>Дисципліна призначена для студентів першого курсу Спеціальність 017 – Фізична культура і спорт , вивчення дисципліни є формування комплексних знань та вмінь, навичок з Теорії і методики викладання гімнастики; засвоєння професійних умінь в процесі вивчення вправ; набуття умінь та навичок науково – методичної діяльності, формування комплексу рухових навичок та фізичних якостей, необхідних в професійній діяльності фахівця з фізичної культури; опанування практичними навичками з організації та проведення спортивно-масових змагань з гімнастики.</p> <p>Мета навчальної дисципліни «Теорії і методики викладання гімнастики» є забезпечення студентів необхідними теоретичними знаннями, ознайомлення з основами техніки і методики навчання гімнастичним вправам, обґрунтування раціональних режимів занять і тренувань.</p>	
Компетентності	
<p>ЗК5. Здатність планувати та управляти часом.</p> <p>ЗК11. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).</p> <p>ФК2. Здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях.</p> <p>ФК9. Здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів.</p>	

ФК12. Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.

ФК14. Здатність до безперервного професійного розвитку.

Програмні результати навчання

ПРН7. Здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичним вправами.

ПРН8. Здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань.

ПРН12. Аналізувати процеси становлення та розвитку різних напрямів спорту, олімпійського руху та олімпійської освіти на міжнародному та національному рівнях.

ПРН20. Використовувати нормативні та правові акти, що регламентують професійну діяльність.

3. Структура дисципліни

№	Тема	Результати навчання	Завдання
1	Введення в курс гімнастики	Розглянути поняття, формувати знання, узагальнити основні положення для формування загальних та спеціальних компетентностей із таких питань: ✓ Предмет і завдання гімнастики. ✓ Місце гімнастики в системі фізичного виховання. ✓ Засоби гімнастики. Методичні особливості гімнастики.	<ul style="list-style-type: none">• тестування;• контрольні запитання;• практичні завдання;• завдання для індивідуальної роботи;• завдання для самостійної роботи;• написання реферату
2	Види гімнастики	1.1. Класифікація видів гімнастики; 1.2. Характеристика освітньо-розвиваючих видів гімнастики; 1.3. Характеристика оздоровчих видів гімнастики; 1.4. 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

3	Методика проведення стройових вправ.	<p>1.1. Характеристика і класифікація стройових вправ;</p> <p>1.2. Вимоги до подачі команд і розпоряджень;</p> <p>1.3. Місце викладача під час проведення стройових вправ;</p> <p>1.4. Методика навчання стройовим вправам.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • тестування; • контрольні запитання; • практичні завдання; • завдання для індивідуальної роботи; • завдання для самостійної роботи; • написання реферату
4	Основи гімнастичної термінології.	<p>1.1. Термінологія та її значення;</p> <p>1.2. Вимоги до гімнастичної термінології;</p> <p>1.3. Способи утворення термінів;</p> <p>1.4. Правила застосування термінів;</p> <p>1.5. Правила скорочень.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • тестування; • контрольні запитання; • практичні завдання; • завдання для індивідуальної роботи; • завдання для самостійної роботи; • написання реферату
5	Характеристика ЗРВ та комплексів з них.	<p>1.1. Значення і класифікація ЗРВ;</p> <p>1.2. Особливості ЗРВ;</p> <p>1.3. Види ЗРВ:</p> <p>1.4. Загальні вимоги до комплексів ЗРВ;</p> <p>1.5. Методика складання комплексів ЗРВ для дітей різного віку;</p> <p>1.6. Методика складання комплексу ЗРВ для спортсменів;</p> <p>1.7. Методика складання комплексів ранкової гігієнічної гімнастики;</p> <p>1.8. Методика складання комплексу лікувальної гімнастики.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • тестування; • контрольні запитання; • практичні завдання; • завдання для індивідуальної роботи; • завдання для самостійної роботи; • написання реферату

6	Основи методики розвитку фізичних якостей на уроках гімнастики.	<p>1.1. Характеристика основних рухових якостей;</p> <p>1.2. Методика розвитку силових якостей,</p> <p>1.3. Методика розвитку гнучкості;</p> <p>1.4. Особливості розвитку координаційних здібностей;</p> <p>1.5. Методика розвитку швидкісних здібностей;</p> <p>1.6. Розвиток витривалості.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • тестування; • контрольні запитання; • практичні завдання; • завдання для індивідуальної роботи; • завдання для самостійної роботи; • написання реферату
7	Основи методики навчання гімнастичним елементам, характеристика вправ на гімнастичних приладах.	<p>1.1. Основи техніки виконання гімнастичних вправ;</p> <p>1.2. Характеристика етапу початкового навчання;</p> <p>1.3. Характеристика етапу поглибленого навчання;</p> <p>1.4. Характеристика етапу закріплення та вдосконалення;</p> <p>1.5. Методи розучування гімнастичних елементів;</p> <p>1.6. Прийоми страхування.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • тестування; • контрольні запитання; • практичні завдання; • завдання для індивідуальної роботи; • завдання для самостійної роботи; • написання реферату
8	Урок як основна форма організації навчального процесу.	<p>1.1. Структура уроку гімнастики і її обґрунтування;</p> <p>1.2. Характеристика підготовчої частини уроку;</p> <p>1.3. Характеристика основної частини уроку;</p> <p>1.4. Характеристика заключної частини уроку;</p> <p>1.5. Способи організації учнів на уроці;</p> <p>1.6. Щільність уроку.</p>	<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	
Види навчальної роботи	Максимальна кількість балів
Практичне заняття	40
Самостійна робота	5
Знання термінів	5
Екзамен	50
Максимальна кількість балів	100

5. Оцінювання відповідно до графіку навчального процесу

Робота на парах	Оцінка за самостійну роботу	Оцінка за знання термінології	Екзамен	Разом
40	5	5	50	100

Система оцінювання знань студентів з кожної навчальної дисципліни включає поточний, модульний та семестровий контроль знань.

Поточний контроль здійснюється під час проведення лекційних, практичних, індивідуальних занять і має на меті перевірку знань студентів з окремих тем навчальної дисципліни та рівня їх підготовленості до виконання конкретної роботи. Оцінки у національній шкалі («відмінно» — 5, «добре» — 4, «задовільно» — 3, «незадовільно» — 2), отримані студентами, виставляються в академічних журналах.

Модульний контроль проводиться (виставляється) на підставі оцінювання результатів знань студентів після вивчення матеріалу з логічно завершеної частини дисципліни — змістового модуля.

Завданням модульного контролю є перевірка розуміння та засвоєння певного матеріалу (теми), вироблення навичок проведення розрахункових робіт, вміння вирішувати конкретні ситуативні задачі, здатності осмислювати зміст даної частини дисципліни, вміння публічно чи письмово подати певний матеріал. Форми модульного контролю та система оцінювання рівня знань та вмінь студентів визначаються кафедрою та відображаються у робочій навчальній програмі дисципліни. Кількість балів за кожний модуль (оцінка контролю у балах) визначаються кафедрою.

Семестровий (підсумковий) контроль проводиться у формі екзамену. Екзамен — форма підсумкового контролю, яка передбачає перевірку розуміння студентом теоретичного та практичного програмного матеріалу з усієї дисципліни, здатності творчо використовувати здобуті знання та вміння, формувати власне ставлення до певної проблеми тощо. Форма проведення екзамену може бути письмова, письмово-усна, у формі тестових екзаменаційних завдань. Зміст екзаменаційних завдань та критерії оцінювання встановлюються кафедрою.

Оцінка за іспит формується із суми відповідей студентів на 3 основні запитання та 2 додаткові (по 10 балів за кожне запитання), або, за вимогою — на основі результатів тестування (максимальна оцінка за тести — 50 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), таблиці та інше.
Література:	
<ol style="list-style-type: none"> 1. Брыкин А.Т. Гимнастическая терминология. – М.: Физкультура и спорт, 1969, 52с. 2. Васильков Г.А. Гимнастика для детей младшего школьного возраста. (Сборник общеразвивающих упражнений для занятий в школе и дома). – М.: Просвещение, 1966, 156с. 3. Гимнастика. Учебник для техникумов физической культуры. / Под ред. А.Т. Брыкина, В.М. Смоленского. – М.: Физкультура и спорт, 1985, 446 с. 4. Гімнастика . Навчальний посібник для студентів факультетів фізичного виховання педагогічних інститутів. / А.Жалій, В.Д. Палига. – К.: Вища школа, 1975, 387 с. 5. Гімнастика. Навчальний посібник для студентів коледжу ФВ. Частина 1,2. / Під загальною редакцією Б.М. Грабчука. – Івано-Франківськ, 2002, 143с. 6. Земська Н. О., Рихлюк С. П. Теорія і методика викладання гімнастики: навчально-методичний посібник. Івано-Франківськ, 2020. 123 с. 7. Лисицкая Т.С. Ритмическая гимнастика. – М.: Физкультура и спорт, 1985, 160 с. 	

8. Лисицкая Т.С. Хореография в гимнастике. – М.: Физкультура и спорт, 1984, 74 с.
 Менхин Ю.В., Волков А.В. Начала гимнастики. – Киев “Здоров’я”, 1980, 272 с
9. Сосина В.Ю. Азбука ритмической гимнастики. – К.: Радянська школа, 1990, 186с..
10. Спортивная гимнастика. Правила соревнований. – М.: Физкультура и спорт, 1988, 32с.
11. Фізична культура. Програми для загально-освітніх навчальних закладів. – К.: Перун, 1998, 76с.
12. Ю. Беляк, С. Рихлюк. Основна гімнастика. Навчально-методичний посібник. – Івано-Франківськ: Плай, 2011.75с.

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
Викладач	Рихлюк Сергій Павлович - кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри спортивно-педагогічних дисциплін
Викладач	Рихлюк Сергій Павлович - кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри спортивно-педагогічних дисциплін

8. Політика навчальної дисципліни

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
---------------------------------	--

	<p>доброчесності ДВНЗ “Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника”.</p> <p>➤ Лист МОН України “До питання уникнення проблем і помилок у практиках забезпечення академічної доброчесності”.</p> <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 «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, 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>
<p>Неформальна освіта</p>	<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:

Рихлюк С.П.