

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ  
УКРАЇНИ  
ВІДОКРЕМЛЕНИЙ СТРУКТУРНИЙ ПІДРОЗДІЛ  
«ОЛІМПІЙСЬКИЙ ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ ІМЕНІ ІВАНА ПІДДУБНОГО  
НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ  
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ УКРАЇНИ»

**ЗАТВЕРДЖЕНО**

Рішенням Науково-методичної ради  
Від 30 серпня 2023 року

протокол №1

Голова Науково-методичної ради



А.І. Димуцька

30 серпня 2023 року

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

НД. СК 4 **ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ГІМНАСТИКИ**

Освітній професійний рівень: **(фаховий молодший бакалавр)**

Галузь знань: **01 «Освіта/Педагогіка»**

Спеціальність: **017 «Фізична культура і спорт»**

Розробник: **ЗОСИНА МАРИНА АНАТОЛІЇВНА,**  
спеціаліст I категорії, викладач коледжу

Робочу програму схвалено на засіданні  
ЦК циклу ДИСЦИПЛІН, ЩО  
ФОРМУЮТЬ СПЕЦІАЛЬНІ  
КОМПЕТЕНТНОСТІ  
від 29 серпня 2023 року  
протокол №1  
Голова циклової комісії

А.О. Димуцький

**Київ**

## I. Опис навчальної дисципліни

| Найменування показників  | Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень       | Характеристика навчальної дисципліни |
|--|--|--------------------------------------|
|  |  | денна форма навчання                 |
| Кількість кредитів:<br><br><b>3</b>  | Галузь знань <b>01</b><br><b>«Освіта/Педагогіка»</b><br>(шифр і назва) | Нормативна                           |
|  | Напрямок підготовки<br><b>«Фізичне виховання»</b>                      |                                      |
| Модулів – <b>2</b>   | Спеціальність: 017<br><b>«Фізична культура і спорт»</b>                | Рік підготовки                       |
| Змістових модулів – <b>2</b>   |  | <b>1</b>                             |
| Загальна кількість годин<br>– <b>90</b>  |  | Семестр                              |
|  |  | <b>2-й</b>                           |
| Тижневих годин для денної форми навчання:<br>аудиторних – <b>4</b><br>самостійної роботи студента – <b>4</b> | Освітньо-кваліфікаційний рівень:<br><b>«Фаховий молодший бакалавр»</b> | Лекції                               |
|  |  | <b>4 год.</b>                        |
|  |  | Семінарські та практичні заняття     |
|  |  | <b>44 год.</b>                       |
|  |  | Самостійна робота                    |
|  |  | <b>42 год.</b>                       |
|  | Вид контролю:  |                                      |
|  | <b>залік</b>   |                                      |

## II. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

**1.2. Мета** – на основі вивчення дисципліни сформувати теоретичні професійно-педагогічні знання, практичні уміння та навички організації занять з гімнастики, викладення гімнастичних видів (стройовим вправам, загально-розвиваючим вправам, гімнастичним вправам для розвитку фізичних якостей та вправам на гімнастичних приладах), які обов'язкові в програмі з фізичної культури в освітянських закладах.

### **2.2. Завдання:**

1. Вивчити з студентами теоретичний матеріал стосовно видів гімнастики, її завдань, засобів та методів викладання та навчання.
2. Навчити студентів організації та проведенню занять з гімнастики в освітянських закладах.
3. Ознайомити та навчити студентів необхідному об'єму гімнастичних вправ та елементів на гімнастичних приладах, методиці їх розучування та техніці страхування під час проведення занять гімнастикою.
4. Навчити принципам розвитку фізичних якостей засобами гімнастики.

**Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти повинні:**

#### **знати:**

- особливості проведення підготовчої, основної та заключної частин уроку з гімнастики в школі;
- характеристику основних засобів гімнастики шкільної програми з фізичного виховання;
- стройові вправи та методику їх навчання з учнями закладів освіти;
- характеристику загально підготовчих та підвідних вправ з гімнастики шкільної програми;
- критерії якісного проведення уроку гімнастики в школі;
- запобіжні заходи попередження травматизму на заняттях з гімнастики;
- критерії оцінювання та контролю фізичної підготовленості учнів;

#### **вміти:**

- проводити урок гімнастики з дітьми в закладах загальної освіти;
- складати та термінологічно записувати розширений конспект уроку гімнастики;
- страхувати вправи на приладах та прикладні вправи шкільної програми;
- складати комплекси загальної та спеціальної фізичної підготовки для дітей різних вікових груп;
- добирати підвідні вправи для навчання дітей гімнастичним вправам шкільної програми та розвитку фізичних якостей;
- проводити заняття з контролю та оцінювання фізичної підготовленості учнів;

## 2.3. Перелік компетентностей випускника відповідно до стандарту вищої освіти

Таблиця 1

|  |  |
|--|--|
| <b>Інтегральна компетентність</b>                    | Здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів наук з фізичного виховання і спорту, та характеризується комплексністю та невизначеністю умов.  |
| <b>Загальні компетентності</b>                       | <ol style="list-style-type: none"><li>1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.</li><li>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.</li><li>3. Здатність працювати в команді.</li><li>4. Здатність планувати та управляти часом.</li><li>5. Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово.</li><li>6. Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.</li><li>7. Навички міжособистісної взаємодії.</li><li>8. Здатність бути критичним і самокритичним.</li><li>9. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).</li><li>10. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.</li></ol> |
| <b>Спеціальні (фахові, предметні) компетентності</b> | <ol style="list-style-type: none"><li>1. Здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення.</li><li>2. Здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя.</li><li>3. Здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини.</li><li>4. Здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми.</li><li>5. Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.</li><li>6. Здатність застосовувати сучасні технології управління суб'єктами сфери фізичної культури і спорту.</li><li>7. Здатність до безперервного професійного розвитку.</li></ol>                      |

**2.4. Деталізація компетентностей відповідно до дескрипторів НРК та визначених Стандартом компетентностей у формі «Матриці компетентностей»:**

Таблиця 2

| № п/п  | Класифікація компетентностей за НРК   | Знання | Уміння | Комунікація | Автономія та відповідальність |
|--|---|--------|--------|-------------|-------------------------------|
| 1  | 2   | 3      | 4      | 5           | 6                             |
| <b>I Загальні компетентності:</b>            |   |        |        |             |                               |
| 1  | Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями   | +      |        |             | +                             |
| 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 | +      |        | +           | +                             |
| 3  | Здатність працювати в команді   | +      | +      | +           | +                             |
| 4  | Здатність планувати та управляти часом  | +      | +      | +           | +                             |
| 5  | Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так письмово  | +      | +      | +           | +                             |
| 6  | Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій  | +      | +      | +           | +                             |
| 7  | Навички міжособистісної взаємодії   | +      | +      | +           | +                             |
| 8  | Здатність бути критичним і самокритичним  |        | +      | +           | +                             |
| 9  | Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).  | +      | +      | +           | +                             |
| 10   | Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях   | +      | +      | +           | +                             |
| <b>II Спеціальні (фахові) компетентності</b> |   |        |        |             |                               |
| 1  | Здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення  | +      | +      | +           | +                             |
| 2  | Здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя   | +      | +      | +           | +                             |
| 3  | Здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини  | +      | +      | +           | +                             |
| 4  | Здатність здійснювати навчання,   | +      | +      | +           | +                             |

|   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|
|   | виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми |   |   |   |   |
| 5 | Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар  | + | + | + | + |
| 6 | Здатність застосовувати сучасні технології управління суб'єктами сфери фізичної культури і спорту.                    | + | + | + | + |
| 7 | Здатність до професійного розвитку  | + | + | + | + |

## 2.5. Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти повинні:

### **знати:**

- особливості проведення підготовчої, основної та заключної частин уроку з гімнастики в школі;
- характеристику основних засобів гімнастики шкільної програми з фізичного виховання;
- стройові вправи та методику їх навчання з учнями закладів освіти;
- характеристику загально підготовчих та підвідних вправ з гімнастики шкільної програми;
- критерії якісного проведення уроку гімнастики в школі;
- запобіжні заходи попередження травматизму на заняттях з гімнастики;
- критерії оцінювання та контролю фізичної підготовленості учнів;

### **вміти:**

- проводити урок гімнастики з дітьми в закладах загальної освіти;
- складати та термінологічно записувати розширений конспект уроку гімнастики;
- страхувати вправи на приладах та прикладні вправи шкільної програми;
- складати комплекси загальної та спеціальної фізичної підготовки для дітей різних вікових груп;
- добирати підвідні вправи для навчання дітей гімнастичним вправам шкільної програми та розвитку фізичних якостей;
- проводити заняття з контролю та оцінювання фізичної підготовленості учнів;

## III. СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

| Назви змістових модулів   | Кількість годин |          |                  |                            |
|---|-----------------|----------|------------------|----------------------------|
|   | Усього          | Лекції   | Семін. та практ. | Самостійна робота студента |
| <b>Змістовий модуль 1.</b>  |                 |          |                  |                            |
| Стройові, загально-розвиваючі вправи, вправи на гімнастичних приладах | <b>46</b>       | <b>2</b> | <b>22</b>        | <b>22</b>                  |
| <b>Змістовий модуль 2.</b>  |                 |          |                  |                            |
| Методика розвитку фізичних якостей                                    | <b>44</b>       | <b>2</b> | <b>22</b>        | <b>20</b>                  |

|                      |           |          |           |           |
|----------------------|-----------|----------|-----------|-----------|
| засобами гімнастики. |           |          |           |           |
| <i>Усього годин</i>  | <b>90</b> | <b>4</b> | <b>44</b> | <b>42</b> |

#### IV. ТЕМИ ЛЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ

| з/п                 | Назва теми  | Кіл.годин |
|---------------------|---|-----------|
| <b>Модуль 1</b>     |   |           |
| 1                   | Зміст, завдання та мета дисципліни «Теорія і методика гімнастики» | 2         |
| <b>Модуль 2</b>     |   |           |
| 2                   | Організація та проведення занять гімнастикою                      | 2         |
| <i>Усього годин</i> |   | 4         |

#### 5. ТЕМИ СЕМІНАРСЬКИХ/ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

| № з/п           | Назва теми  | Кіль-ть годин |
|-----------------|---|---------------|
| <b>I модуль</b> |   |               |
| 1.              | Види та засоби гімнастики. Гімнастична термінологія як основа фізичного виховання.  | 2             |
| 2.              | Організація роботи учнів під час уроку гімнастики: стройові команди, прийоми, вправи, шиккування перешиккування, їх різновиди.                                      | 2             |
| 3.              | ЗРВ та його різновиди, методика проведення та запису ЗРВ на місці та в русі.  | 2             |
| 4.              | Стройові вправи, ЗРВ на місці та у русі відповідно до задач уроку гімнастики  | 2             |
| 5.              | Навчальна практика з проведення стройових вправ, ЗРВ у русі та на місці різними методами.   | 2             |
| 6.              | Складання комплексів ЗРВ, вправ ранкової та гігієнічної гімнастики, та запис. (конспект уроку)  | 2             |
| 7.              | Обладнання гімнастичних залів та правила їх експлуатації. Запобігання травматизму під час занять гімнастикою.   | 2             |
| 8.              | ЗРВ в партері, з гімнастичним інвентарем, запис та методика проведення. Загальна та спеціальна розминка.  | 2             |
| 9               | Етапи розучування гімнастичних вправ: акробатичних, стрибкам, вільним вправам.  | 2             |
| 10.             | Ознайомлення з базовими висами та упорами, вправи на гімнастичній лаві, гімнастичній стінці, техніка та методика навчання лазінню по канату (линві).                | 2             |
| 11.             | Характеристика, запис, техніка виконання та методика розучування вправ на кільцях, брусах, перекладині, на підвищеній опорі колоді, опорних та безопорних стрибків. | 2             |

|     |  |           |
|-----|--|-----------|
|     | <b>Разом</b>   | <b>22</b> |
|     | <b>II модуль</b>   |           |
| 1.  | Характеристика фізичних якостей людини та особливості їх розвитку  | 2         |
| 2.  | Особливості фізичного виховання дітей різного шкільного віку та різних медичних груп. Методи фізичної підготовки.                      | 2         |
| 3.  | Методика розвитку гнучкості. Вправи з гімнастичною палицею.  | 2         |
| 4.  | Методика розвитку швидкісних якостей. Вправи зі скакалкою.   | 2         |
| 5.  | Методика розвитку силових якостей. Вправи з набивними м'ячами, обтяженнями. Основи атлетичної гімнастики.                              | 2         |
| 6.  | Методика розвитку координаційних якостей та спритності. Вправи на підвищеній та обмеженій опорах.                                      | 2         |
| 7.  | Методика розвитку витривалості. Прикладні вправи.  | 2         |
| 8.  | Організація та методика проведення естафет, уроків змагального характеру   | 2         |
| 9.  | Складання комплексів для розвитку фізичних якостей: сила, швидкість, витривалість.   | 2         |
| 10. | Складання комплексів для розвитку фізичних якостей: гнучкість та координація. Комплекс загальної дії на розвиток всіх фізичних якостей | 2         |
| 11. | Складання залікових вимог дисципліни   | 2         |
|     | <b>Разом</b>   | <b>22</b> |
|     | <b>Усього годин</b>  | <b>44</b> |

**VI. ТЕМИ ЛАБОРАТОРНИХ ЗАНЯТЬ** – не передбачено навчальним планом.

### **VII. ТЕМИ САМОСТІЙНИХ ЗАНЯТЬ**

| № з/п | Назва теми  | Кількість Годин |
|-------|---|-----------------|
| 1     | Історія виникнення гімнастики. Історія української гімнастики.<br>Гімнастична термінологія.<br>ЗРВ - основний засіб гімнастики.<br>Комплекси гігієнічної та ранкової гімнастики.  | 14              |
| 2     | Правила поведінки на заняттях гімнастикою.<br>Запобігання травматизму, лікарський контроль та самоконтроль на заняттях гімнастикою. Техніка гімнастичних вправ. Особливості проведення та вимоги державної програми з фізичного виховання до занять гімнастики в школах.<br>Методи та принципи навчання гімнастичним вправам. | 14              |
| 3     | Використання засобів гімнастики для розвитку різних фізичних якостей. Підготовка вчителя до занять гімнастикою та методика проведення занять різної спрямованості. Організація позаурочних та позакласних занять гімнастикою та масових гімнастичних заходів.   | 16              |
|       | <b>Усього годин</b>   | <b>44</b>       |



## VIII. ІНДИВІДУАЛЬНІ ЗАВДАННЯ (Реферат)

**Реферат** є видом поза аудиторної індивідуальної діяльності студента, результати якого використовуються у процесі вивчення програмового матеріалу навчальної дисципліни. Завершується виконання реферату прилюдним захистом.

**Мета реферату:** самостійне вивчення частини програмового матеріалу, систематизація, узагальнення, закріплення та практичне застосування знань із навчального курсу, удосконалення навичок самостійної навчально-пізнавальної діяльності.

**Зміст реферату:** завершена теоретична або практична робота у межах навчальної програми курсу, яка виконується на основі знань, умінь та навичок, отриманих під час лекційних, практичних занять і охоплює декілька тем або весь зміст навчального курсу.

**Орієнтовна структура реферату** – вступ, основна частина, висновки, додатки (якщо вони є), список використаних джерел. Критерії оцінювання та шкалу оцінювання подано відповідно у табл.

### Критерії оцінювання реферату

| Рівень виконання | Кількість балів, що відповідає рівню | Оцінка за традиційною системою |
|------------------|--------------------------------------|--------------------------------|
| Високий          | 25-30                                | Відмінно                       |
| Достатній        | 20-24                                | Добре                          |
| Середній         | 5-19                                 | Задовільно                     |
| Низький          | 0-4                                  | Незадовільно                   |

### Шкала оцінювання реферату

| № п/п         | Опис критерію             | Максимальна кількість балів |
|---------------|---------------------------|-----------------------------|
| 1.            | Ступінь розкриття теми    | 10                          |
| 2.            | Обґрунтованість висновків | 10                          |
| 3.            | Якість оформлення роботи  | 10                          |
| <b>Разом:</b> |                           | <b>30 балів</b>             |

### ТЕМИ РЕФЕРАТІВ

| № |  | П.І.П. |
|---|--|--------|
| 1 | Значення гімнастики у системі виховання та повсякденному житті.                      |        |
| 2 | Історія розвитку світової гімнастики.  |        |
| 3 | Історія розвитку української гімнастики.   |        |
| 4 | Тенденції розвитку світової гімнастики.  |        |
| 5 | Сучасні проблеми розвитку гімнастики в Україні.                                      |        |
| 6 | Професійна підготовка тренерів зі спеціалізованих видів гімнастики.                  |        |
| 7 | Підготовка вчителів фізичного виховання до занять гімнастикою у навчальних закладах. |        |
| 8 | Гімнастична термінологія.  |        |
| 9 | Класифікація загально-розвиваючих вправ  |        |

|    |  |  |
|----|--|--|
| 10 | Значення та зміст стройової підготовки на заняттях гімнастикою.                  |  |
| 11 | Гімнастичний інвентар та його застосування на заняттях гімнастикою.              |  |
| 12 | Методи та способи навчання в гімнастиці.   |  |
| 13 | Етапи розучування елементів та вправ в гімнастиці.                               |  |
| 14 | Завдання, види та засоби оздоровчих видів гімнастики.                            |  |
| 15 | Завдання, види та засоби освітньо-розвиваючих видів гімнастики.                  |  |
| 16 | Завдання, види та засоби спортивних видів гімнастики.                            |  |
| 17 | Методика проведення занять гімнастикою у загальноосвітніх школах.                |  |
| 18 | Методика проведення занять гімнастикою у дошкільних закладах.                    |  |
| 19 | Методика проведення занять гімнастикою з особами, що мають відмінності розвитку. |  |
| 20 | Заходи профілактики травматизму на заняттях гімнастикою.                         |  |
| 21 | Застосування засобів гімнастики в обраному виді спорту.                          |  |
| 22 | Елементи художньої гімнастики та хореографії, їх значення та застосування.       |  |
| 23 | Техніка та методика навчання стрибкам на батуті.                                 |  |
| 24 | Змагання з спортивних видів гімнастики та системи суддівства.                    |  |
| 25 | Засоби забезпечення процесу навчання на заняттях гімнастикою.                    |  |

## ІХ. МЕТОДИ НАВЧАННЯ

### ***І. Методи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності***

#### **1) За джерелом інформації:**

***Словесні:*** лекція (традиційна, проблемна, лекція-прес-конференція) із застосуванням комп'ютерних інформаційних технологій (PowerPoint – Презентація), семінари, пояснення, розповідь, бесіда.

***Наочні:*** спостереження, ілюстрація, демонстрація.

***Практичні:*** вправи.

**2) За логікою передачі і сприймання навчальної інформації:** індуктивні, дедуктивні, аналітичні, синтетичні.

**3) За ступенем самостійності мислення:** репродуктивні, пошукові, дослідницькі.

**4) За ступенем керування навчальною діяльністю:** під керівництвом викладача; самостійна робота студентів: з книгою; виконання індивідуальних навчальних проєктів.

## **II. Методи стимулювання інтересу до навчання і мотивації навчально-пізнавальної діяльності:**

Методи стимулювання інтересу до навчання: навчальні дискусії; створення ситуації пізнавальної новизни; створення ситуацій зацікавленості (метод цікавих аналогій тощо).

## **X. МЕТОДИ КОНТРОЛЮ**

**Методи усного контролю:** індивідуальне та фронтальне опитування, співбесіда, іспит.

**Методи письмового контролю:** модульне тестування; підсумкове тестування, реферат.

**Методи практичного контролю:** виконання практичних нормативів та тестів фізичної підготовленості

**Методи самоконтролю:** уміння самостійно оцінювати свої знання, самоаналіз.

### **Оцінювання навчальних досягнень студента під час проведення практичних занять - максимальний бал – 10 балів:**

| Бали  | Усна відповідь  | Самостійна робота  | Експрес тести                |
|-------|---|--|------------------------------|
| 2-3   | студент не володіє основною програмною літературою і не вміє доцільно використовувати наукову термінологію; не може достатньо повно і правильно відповісти на поставлені питання; допускає грубі принципові помилки при викладі матеріалу.  | письмове анотування питань, що виносяться на самостійне опрацювання            | 45-46% правильних відповідей |
| 3,5-5 | має достатній обсяг знань в рамках освітнього стандарту, але допускає помилки при його викладі своїми словами; студенту важко підтвердити відповідь конкретними прикладами; слабо відповідає на додаткові питання; виявляє здатність під керівництвом викладача; виправляти погрешності, допущені у відповіді, вирішувати типові задачі, орієнтуватися в базових теоріях дисципліни | виокремлення головних і другорядних питань, складання логічних схем            | 57-67% правильних відповідей |
| 5,5-7 | без особливих утруднень відповідає на питання; викладає матеріал з використанням необхідної наукової термінології, не допускаючи серйозних помилок; легко усуваються окремі неточності з допомогою навідних запитань; вміє застосовувати отримані знання на практиці для вирішення навчальних завдань   | опрацювання не менш трьох літературних джерел з аналізом і власними висновками | 68-78% правильних відповідей |
| 7,5-8 | виявляє засвоєння всього обсягу програмного матеріалу поточного та попередніх занять; вміє виділяти в ньому головні положення і осмислено   | підготовка доповіді, або захист реферату з                                     | 79-89% правильних відповідей |

|               |  |   |                               |
|---------------|--|---|-------------------------------|
|               | застосовувати отримані знання на практиці; не допускає помилок при відтворенні матеріалу; чітко відповідає на питання відтворюючого характеру.   | опрацюванням не менш шести літературних джерел  | й                             |
| <b>8,5-10</b> | глибоко вивчив основний навчальний матеріал і додаткову літературу з теми поточного та попередніх занять; послідовно і логічно правильно уміє викладати матеріал, використовуючи при відповіді приклади, ілюструючи основні теоретичні положення; вичерпно відповідає на поставлені видозмінені питання, які не мають прямої відповіді в підручнику, із залученням знань інших дисциплін; уміє надавати аргументоване обґрунтування зв'язку досліджуваних питань з іншими розділами дисципліни; розбирається в складних наукових проблемах, вирішує нестандартні завдання, уміє вести діалог з викладачем. | створення мультимедійних презентацій з певної теми, підготовка кросвордів з даної теми. | 90-100% правильних відповідей |

До **2-х балів** ставиться студентіві, який робить вдалі доповнення протягом практичних занять з певної теми модуля, виправляє неточності, однак при цьому індивідуально не виступає з окремих питань.

### **Форма підсумкового контролю успішності навчання - модульний контроль**

Модульний контроль проводиться на останньому занятті модуля. Тривалість виконання модульних контрольних завдань не повинна перевищувати двох академічних годин.

## **XI. СХЕМА НАРАХУВАННЯ ТА РОЗПОДІЛ БАЛІВ, ЯКІ ОТРИМУЮТЬ СТУДЕНТИ**

### **За I курс II семестр**

| <b>№</b> | <b>Вид діяльності</b>                              | <b>Кількість балів за одиницю</b> | <b>Кількість одиниць до розрахунку</b> | <b>Всього</b> |
|----------|--|-----------------------------------|--|---------------|
| <b>1</b> | Робота на семінарському та практичному занятті     | 10                                | 4                                      | 40            |
| <b>2</b> | Виконання завдання з самостійної роботи (письмово) | 5                                 | 2                                      | 10            |
| <b>3</b> | Модульний контроль (тести)                         | 25                                | 1                                      | 25            |
| <b>4</b> | Реферат  | 30                                | 1                                      | 30            |

|   |   |    |   |            |
|---|---|----|---|------------|
| <b>5</b>  | Навчальна практика з проведення<br>стройових та загально-розвиваючих<br>вправ | 20 | 1 | 20         |
| <b>Розрахунок максимальної<br/>кількості балів: <math>125 : 100 = 1,25</math></b> |   |    |   | <b>125</b> |

## ХІІ. ШКАЛА ОЦІНЮВАННЯ: НАЦІОНАЛЬНА ТА ЄКТС

| Сума балів за всі види<br>навчальної діяльності | ЄКТС      | Оцінка за національною шкалою |                  |
|---|-----------|-------------------------------|------------------|
|   |           | для екзамену, практики        | для заліку       |
| <b>90 – 100</b>                                 | <b>A</b>  | відмінно                      | зараховано       |
| <b>81 – 89</b>                                  | <b>B</b>  | добре                         |                  |
| <b>75 – 80</b>                                  | <b>C</b>  |                               |                  |
| <b>70 – 74</b>                                  | <b>D</b>  | задовільно                    |                  |
| <b>60 – 69</b>                                  | <b>E</b>  |                               |                  |
| <b>35 – 59</b>                                  | <b>FX</b> | незадовільно                  | не<br>зараховано |
| <b>0 – 34</b>                                   | <b>F</b>  |                               |                  |

## ХІІІ. МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ

1. Опорні конспекти лекцій; навчальні посібники; методичні рекомендаційні додатки;
2. Робоча програма навчальної дисципліни; програма навчальної дисципліни;
3. Збірка тестових і контрольних завдань для тематичного (модульного) оцінювання навчальних досягнень студентів;
4. Завдання для комплексних контрольних робіт з навчальної дисципліни «Теорія та методика гімнастики»

## ХІV. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

### Базова

1. Айунц В.І., Мельничук Д.Р. - Основи методики викладання гімнастики: Навч. посібник. – Житомир: Видавництво Житомирського державного університету імені Івана Франка, 2010. – 76 с.
2. Арефьев В.Г. – Теорія та методика викладання гімнастики: підручник / Арефьев В.Г., Шегімага В.Ф., Терещенко І.А. – Кам'янець-Подільський: - ПП «Видавництво «ОШОМ», 2012.- 288с.
3. Салямін Ю.М., Терещенко І.А., Прокопюк С.П., Левчук Т.М. – Гімнастична термінологія: навч. Посібник для студентів ВНЗ фізичного виховання і спорту, учнів і вчителів ЗОШ. – К.: Олімп. л-ра, 2010.-144с.,іл..

### Допоміжна

1. Журавин М.Л., Меньшиков Н.К. – Гимнастика: Учебник для студентов высших педагогических учебных заведений. – 2-е изд., стер. – М.: Изд.центр

- «Академия», 2002. – 448с.
2. Савченко М.І. –Теорія та методика гімнастики: Навчально-методичний посібник для студентів денної, заочної та екстернатної форм навчання факультету фізичного виховання та спорту – Херсон.- 2005.- 157с.
  3. Смоленский В.М. - Гимнастика и методика преподавания: Учебник для институтов физической культуры / Под ред. В. М. Смоленского. — Изд. 3-е, перераб., доп. — М.: Физкультура и спорт, 1987. —336 с, ил
  4. Худолій О.М. - Основи методики викладання гімнастики: Навчальний посібник. У 2-х томах.- 4-е вид., випр. і доп. - Харків: «ОВС», 2008. - Т. 1. - 408 с: іл.
  5. Худолій О.М. - Основи методики викладання гімнастики: Навчальний посібник. У 2-х томах.- 4-е вид., випр. і доп. - Харків: «ОВС», 2008. - Т. 2. - 464 с: іл.

## **XV. ІНФОРМАЦІЙНІ РЕСУРСИ**

Сайт ВСП «Олімпійського фахового коледжу імені Івана Піддубного НУФВСУ» -  
<https://olimpic.college/navchalno-metodychna-literatura/>