



Донбаська державна машинобудівна академія

**Силабус навчальної дисципліни**  
**«Теорія і методика викладання гімнастики»**

на 2024 / 2025 навчальний рік

Галузь знань	01 Освіта / Педагогіка
Спеціальність	017 Фізична культура і спорт
ОПП (ОНП)	«Фізична культура і спорт»
Рівень вищої освіти	Перший (бакалаврський)
Форма навчання	Денна
Семестр, в якому викладається дисципліна	Рік навчання 1 курс денне навчання, 2 курс на базі ПЗСО - семестр 1.
Статус дисципліни	Обов'язкова
Обсяг дисципліни	150 годин (5 кредитів ЕКТС)
Мова викладання	Українська
Оригінальність навчальної дисципліни	Авторський курс
Факультет	Інтегрованих технологій і обладнання
Кафедра	Фізичного виховання і спорту
Розробник	Приймак Анна Юріївна
Викладач, який забезпечує проведення лекційних занять	Приймак Анна Юріївна
Викладач, який забезпечує проведення практичних/ лабораторних занять	Приймак Анна Юріївна к.п.н., старший викладач кафедри фізичного виховання і спорту
Локація та матеріально-технічне забезпечення	Аудиторія теоретичного навчання -2231, проектор, аудиторія практичного- навчання спортивна зала № 1, технічне забезпечення – спортивний інвентар та обладнання
Лінк на дисципліну	Платформа дистанційної освіти ДДМА <a href="http://moodle-new.dgma.donetsk.ua/course/view.php?id=1417">http://moodle-new.dgma.donetsk.ua/course/view.php?id=1417</a>

Кількість годин	Лекції	Практичні заняття	Лабораторні заняття	Самостійна робота	Вид підсумкового контролю
150	16	44	-	90	Іспит

<b>Що буде вивчатися (предмет навчання)</b>	Предмет вивчення навчальної дисципліни: формування систематизованих знань в області теорії і методики гімнастики та готовності до освоєння і реалізації методик навчання в різних сферах професійної діяльності.
<b>Чому це цікаво/потрібно вивчати (мета)</b>	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.
<b>Чому можна навчитися (результати навчання)</b>	<i>Програмні результати навчання (ПРН):</i> -показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення; -здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами; -аналізувати процеси становлення та розвитку різних напрямів спорту, олімпійського руху та олімпійської освіти на міжнародному та національному рівнях; -надавати долікарську медичну допомогу при невідкладних станах та патологічних процесах в організмі людини; -застосовувати у професійній діяльності знання анатомічних, фізіологічних, біохімічних, біомеханічних та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою і спортом; -знати та розуміти сутність, принципи, методи, форми та організацію процесу навчання і виховання людини.
<b>Як можна користуватися набутими знаннями і вміннями (компетентності)</b>	<i>Загальні компетентності (ЗК) :</i> -здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями; -здатність працювати в команді; -здатність планувати та управляти часом; -навички міжособистісної взаємодії; -здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. <i>Фахові компетентності спеціальності (ФКС) :</i> -здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості; -здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя; -здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини; -здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів; -здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми; -здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар; -здатність до безперервного професійного розвитку.
<b>Навчальна логістика</b>	<b>Зміст дисципліни:</b> Програма навчальної дисципліни «Теорія і методика викладання гімнастики» складається з двох змістових модулів. Змістовий модуль 1 Лекція 1. Гімнастика як науково-методична дисципліна, її місце у системі фізичного виховання. Історія розвитку гімнастика.

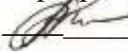
	<p>Техніка безпеки та прийоми запобігання травматизму на заняттях з гімнастики.</p> <p>Лекція 2. Гімнастична термінологія та її скорочення.</p> <p>Лекція 3. Стройові вправи та прийоми.</p> <p>Лекція 4. Загальнорозвивальні вправи.</p> <p>Лекція 5. Методика загальнорозвиваючих гімнастичних вправ.</p> <p>Вправи без предметів, вправи на на гімнастичній лаві.</p> <p>Лекція 6. Характеристика окремих гімнастичних вправ. Техніка гімнастичних вправ.</p> <p>Лекція 7. Методичні особливості техніки гімнастичних вправ на снарядах.</p> <p>Лекція 8 Змагання як невід’ємна частина навчально-тренувального процесу. Основи суддівства.</p> <p>Практичне заняття №1-3 Стройові прийоми.</p> <p>Практичне заняття №4-6 Стійки та основні положення рук.</p> <p>Практичне заняття №7-11 Вільні вправи.</p> <p>Практичне заняття №12-14 Різновисокі бруса (жінки). Бруса (чоловіки).</p> <p>Практичне заняття №.15-17 Колода (жінки). Кінь махи (чоловіки)</p> <p>Практичне заняття №18-20 Опорний стрибок</p> <p>Практичне заняття №21-22 Перекладина (чоловіки), Кільця (чоловіки), Різновисокі бруса (жінки).</p> <p><b>Завдання дисципліни:</b> формування у студентів базових професійно-педагогічних знань, вмінь та навичок, які необхідні для самостійної роботи в різних ланках системи фізичної культури та спорту; засоби гімнастики і методи, які вона використовує (для розв’язання завдань удосконалення спортивної майстерності в спортивних школах, фізичного виховання в навчальних закладах, на виробництві (фізкультурні паузи), в побуті (гігієнічна гімнастика).</p> <p><b>Види занять:</b> лекційні/практичні</p> <p><b>Методи навчання:</b></p> <p>При вивченні навчальної дисципліни «Теорія і методика викладання гімнастики» використовуються наступні <b>методи навчання:</b></p> <p><i>Словесні:</i> лекції, доповіді, повідомлення, дискусії, бесіди, дидактичне тестування;</p> <p><i>Наочні:</i> демонстрація з залученням мультимедійних проекторів, презентації, відеоматеріалів.</p> <p><i>Практичні:</i> проведення практичних занять.</p>
<b>Пререквізити</b>	<p>Вивчення дисципліни «Теорія і методика викладання гімнастики», передбачає тісний взаємозв’язок з іншими навчальними дисциплінами: Теорія і методика викладання гімнастики вивчається одночасно з такими взаємопов’язаними між собою дисциплінами, як Вступ до спеціальності, Теорія і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності</p>
<b>Постреквізити</b>	<p>Знання отримані під час вивчення курсу «Теорія і методика викладання гімнастики» будуть використовуватись під час засвоєння наступних навчальних дисциплін: Теорія і методика фізичного виховання, Теорія і методика викладання обраного виду спорту, Навчальна ознайомча практика, Виробнича (педагогічна) практика, Виробнича практика за профілем майбутньої роботи, Курсова робота, вибіркового курсу Практикум зі спортивної гімнастики.</p>

<b>Політика курсу</b>	Курс передбачає індивідуальну та групову роботу. Усі завдання, передбачені програмою, мають бути виконані у встановлений термін. Якщо здобувач відсутній з поважної причини, він/вона презентує виконані завдання під час консультації викладача. Під час роботи над індивідуальними завданнями та проектами не допустимо порушення академічної доброчесності. Презентації та виступи мають бути авторськими оригінальними.
<b>Оцінювання досягнень</b>	При визначенні загальної оцінки враховуються результати поточного контролю з практичних та лабораторних занять, які відбулися в період, а також результати захисту індивідуальних завдань та самостійної роботи. Іспит за системою ЕКТС отримують здобувачі, які виконали всі види робіт і набрали не менше 55 зі 100 балів за результатами навчання. <b>55-100 балів</b> - виставляється, якщо здобувач виявив певні знання основного програмного матеріалу в обсязі, що необхідний для подальшого навчання і роботи, у цілому впорався з поставленим завданням, припустився незначних помилок в арифметичних розрахунках, демонстрував здатність упоратися з виконанням завдань, передбачених програмою на рівні репродуктивного відтворення. <b>0-55 балів – «Не зараховано»</b> - виставляється, якщо здобувач виявив серйозні прогалини в знаннях основного матеріалу, зробив принципові помилки, не зміг розв'язати типові задачі, провести розрахунки тощо.
<b>Академічна доброчесність</b>	Академічна доброчесність включає в себе сукупність духовних цінностей, таких як чесність, справедливість, довіра, повага і відповідальність, яких повинні дотримуватися усі учасники освітнього процесу. Дотримання академічної доброчесності здобувачами передбачає: - самостійне виконання навчальних завдань: поточного та підсумкового контролю результатів навчання; - посилення на джерела інформації у разі використання ідей, розробок, тверджень, відомостей; - дотримання норм законодавства про авторське право і суміжні права; - надання достовірної інформації про результати власної навчальної (наукової, творчої) діяльності, використані методики досліджень і джерела інформації. Порушенням академічної доброчесності учасниками науково-освітнього процесу вважається: академічний плагіат, академічне шахрайство, фальсифікація результатів досліджень, посилення у власних публікаціях, будь-яких інших даних, у тому числі статистичних, що стосуються освітнього процесу та наукових досліджень; надання завідомо неправдивої інформації стосовно власної освітньої (наукової) діяльності чи організації освітнього процесу; використання без відповідного дозволу зовнішніх джерел інформації під час оцінювання результатів навчання; хабарництво; конфлікт інтересів; подарунок.
<b>Інформаційне забезпечення</b>	<b>Основна література:</b> . 1.Бубела, О.Ю. Навчально-методичний посібник з курсу загальної гімнастики / О.Ю.Бубела, Р.Л.Петрина., А.І.Сениця. – Львів, 2001. – 100 с. 2.Бузюн, О.І. Гімнастика : ЗРВ з предметами / О.І.Бузюн, Ю.Й.Волинець. – Луцьк, 2002. – 189 с. 3.Бузюн, О.І. Гімнастична термінологія : навчальний посібник / О.І.Бузюн. – Луцьк : Надстир'я, 1995. – 84 с. 4.Герасименко, С.Ю. Термінологія загальнорозвивальних вправ : навчально-методичний посібник для студентів вищих навчальних закладів / С.Ю.Герасименко, В.І.Кізло, Т.В.Кізло. – Дрогобич : ДДПУ ім. І. Франка, 2010. – 36 с. 5.Ковальчук, Н.М. До проблеми використання існуючих

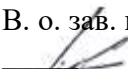
	<p>гімнастичних термінів / Н.М.Ковальчук, В.І.Санюк // Концепція розвитку галузі фізичного виховання і спорту в Україні : зб. наук, праць. – Рівне : Принт Хауз, 2001. – Вип. 2. – С. 52–56.</p> <p>6.Линець, М.М. Основи методики розвитку рухових якостей : навчальний посібник для фізкультурних вузів / М.М.Линець. – Л. : Штабор, 1997. – 204 с.</p> <p>7.Петрина, Р.Л. Основна гімнастика / Р.Л.Петрина, О.Ю.Бубела. – Л. : Українські технології, 2002. – С. 64–68.</p> <p>8.Платонов, В.М. Фізична підготовка спортсменів / В.М.Платонов, М.М.Булатова. – К. : Олімпійська література, 1995. – 319 с.</p> <p>9.Санюк, В.І. Типові помилки в гімнастичній термінології, які мають місце під час проведення студентами загальнорозвиваючих та стройових вправ / В.І.Санюк, Ю.А.Биков // Сучасні проблеми розвитку теорії та методики гімнастики : зб. статей III науково-практичної конференції. – Львів, 2001. – С. 222–234.</p> <p>10.Худолій, О.М. Основи методики викладання гімнастики : підруч. для студ. вищ. навч. закл. / О.М.Худолій. – Харків : ОВС, 2004. – 414 с.</p> <p>11.Шиян, Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б.М.Шиян. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2003. – Ч. 1. – 272 с.</p> <p>12. Шиян, Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів / Б.М.Шиян. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2003. – Ч. 2. – 248 с.</p>
--	---

Розробник:

Старший викладач  
кафедри ФВіС


 / А. Ю. Приймак/  
«    » \_\_\_\_\_ 2024 р.

Розглянуто і схвалено  
на засіданні кафедри ФВіС  
Протокол № 21 від 30.08.2024 р.

В. о. зав. кафедри ФВіС  
 / С. О. Черненко/  
«    » \_\_\_\_\_ 2024 р.

Гарант освітньої програми:

Доцент кафедри ФВіС,  
к.н.ф.в.с.

 / С. О. Черненко/  
«    » \_\_\_\_\_ 2024 р

Затверджую:

Декан факультету інтегрованих  
технологій і обладнання

 / О. Г. Гринь /  
«    » \_\_\_\_\_ 2024 р.