

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МИКОЛАЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ В. О. СУХОМЛИНСЬКОГО
Кафедра теорії та методики фізичної культури

ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор із науково-педагогічної
роботи _____ Н. І. Василькова

28 серпня 2017 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
МЕТОДИКА ПРОВЕДЕННЯ СЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ В ЗОШ
(ГІМНАСТИКА)

ОКР «бакалавр»

Галузь знань: 0102 Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини

Напрямок підготовки: 6.010201 Фізичне виховання*

Факультет: фізичної культури та спорту

2017-2018 навчальний рік

Робоча програма навчальної дисципліни «Методика проведення секційних занять в ЗОШ (гімнастика)» для студентів ОКР «бакалавр» за напрямом підготовки 6.010201 Фізичне виховання*

Розробник: Борецька Наталія Олександрівна, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури, кандидат наук з державного управління
_____ (Борецька Н. О.)

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри теорії та методики фізичної культури

Протокол № 13 від «22» червень 2017 р.

Завідувач кафедри _____ (Литвиненко О.М.)

«22» червень 2017 р.

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		<i>денна форма</i>	
Кількість кредитів – 4	Галузь знань 0102 Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини	Варіативна	
	Напрямок підготовки 6.010201 Фізичне виховання*		
Індивідуальне науково-дослідне завдання – 1		<i>Рік підготовки:</i>	
		III	
Загальна кількість годин -120		<i>Семестр</i>	
		5	
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 2 самостійної роботи студента - 4.4	Освітньо-кваліфікаційний рівень: бакалавр	2	
		<i>Практичні, семінарські</i>	
		38	
		<i>Лабораторні</i>	
		-	-
		<i>Самостійна робота</i>	
		80	
Вид контролю: залік			

Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної та індивідуальної роботи становить: для денної форми навчання – 120 год.: 40 год. – аудиторні заняття, 80 год. – самостійна робота (33.3% /66.7 %).

2. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		<i>заочна форма навчання</i>	
Кількість кредитів – 4	Галузь знань 0102 Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини	Варіативна	
	Напрямок підготовки 6.010201 Фізичне виховання*		
Індивідуальне науково-дослідне завдання – 1		Рік підготовки:	
		III	
Загальна кількість годин -120		Семестр	
		5	
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – самостійної роботи студента -	Освітньо-кваліфікаційний рівень: бакалавр	2	
		Практичні, семінарські	
		12	
		Лабораторні	
		-	
		Самостійна робота	
		106	
Вид контролю: залік			

Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної та індивідуальної роботи становить: для заочної форми навчання – 120 год.: 14год. – аудиторні заняття, 106год. – самостійна робота (11.6 % /88.4 %).

Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета курсу: формування фахово-педагогічних знань, умінь і навичок, які будуть необхідні для практичної діяльності в різних ланках системи фізичної культури і спорту.

Завдання курсу:

- поглиблене вивчення теоретичних основ обраного виду спорту;
- удосконалення техніки виконання вправ;
- оволодіння методикою навчання обраних вправ та методикою удосконалення в їх техніці;
- оволодіння методикою спортивної підготовки в обраному виді спорту;
- оволодіння методикою проведення навчально-тренувальних занять з обраного виду спорту у загальноосвітніх та спеціалізованих навчальних закладах;
- досконале вивчення правил змагань з обраного виду спорту та надбання навичок практичного суддівства змагань;
- розвиток функціональних систем організму та зміцнення здоров'я студентів;
- розвиток фізичних якостей студентів;
- забезпечення високого рівня загальної та спеціальної працездатності.
- сприяння соціальному формуванню особистості;
- виховання працелюбності, наполегливості, витримки, сили волі;
- формування почуття патріотизму.

У результаті вивчення курсу студент оволодіває такими компетентностями:

I. Загальнопредметні:

Здатність учитися; володіти високою мотивацією до підвищення свого культурного і професійного рівня (ЗК-13)

Володіти адаптивністю і комунікабельністю; прийомами спілкування і вмінням їх використовувати (ЗК-14)

II. Фахові:

Здатність усвідомлювати витоки та еволюцію формування теорії навчання руховим діям, спортивного тренування, медико - біологічні та психологічні основи і технологію тренування в обраному виді спорту, санітарно-гігієнічні основи діяльності у сфері фізичної культури і спорту (ПК-2).

Володіння методами і засобами збору, узагальнення та використання інформації про досягнення в галузі фізичної культури і спорту (ПК-3).

Здатність застосовувати на практиці основні теоретичні засади в галузі фізичної культури (ПК-36).

Здатність формувати мотивації у молоді до занять фізичною культурою та спортом, виховувати моральні принципи чесної спортивної конкуренції (ПК-37).

Здатність розробляти навчальні програми та плани конкретних занять у закладах середньої освіти; здатність розробляти перспективні та оперативні плани і програми конкретних занять у дитячо-юнацькому спорті (ПК-38).

Здатність організовувати і проводити спортивні змагання (ПК-48).

3. Програма навчальної дисципліни

Кредит 1. Вправи для загального розвитку. Стройові вправи.

Тема 1. Методика навчання стройовим вправам.

Тема 2. Методика навчання вправам для загального розвитку.

Кредит 2. Техніка виконання та методика навчання гімнастичним вправам.

Тема 3. Техніка виконання вправ на гімнастичних снарядах.

Тема 4. Методика навчання основним гімнастичним елементам.

Тема 5. Методика складання вільних вправ.

Тема 6. Страхування й допомога при виконанні вправ на гімнастичних снарядах.

Кредит 3. Організація та методика секційних занять з гімнастики.

Тема 7. Організація та методика проведення секційних занять з гімнастики.

Тема 8. Особливості проведення підготовчої, основної та заключної частин тренувального заняття з гімнастики.

Кредит 4. Організація та проведення змагань з гімнастики.

Тема 9. Організація та проведення змагань з гімнастики.

Тема 10. Особливості суддівства масових змагань з гімнастики.

4. Структура навчальної дисципліни

Назви кредитів і тем	Кількість годин					
	усьо го	у тому числі				
		л	П	лаб	інд	ср
1	2	3	4	5	6	7
Кредит 1. Вправи для загального розвитку. Стройові вправи.						
Тема 1. Методика навчання стройовим вправам.	10		4			6
Тема 2. Методика навчання вправам для загального розвитку.	20		6			14
Усього годин:	30		10			20
Кредит 2. Техніка виконання та методика навчання гімнастичним вправам.						
Тема 3. Техніка виконання вправ на гімнастичних снарядах.			2			6
Тема 4. Методика навчання основним гімнастичним елементам.			2			4
Тема 5. Методика складання вільних вправ.			2			8
Тема 6. Страхування й допомога при виконанні вправ на гімнастичних снарядах.			2			4
Усього годин:	30		8			22
Кредит 3. Організація та методика секційних занять з гімнастики.						
Тема 7. Організація та методика проведення секційних занять з гімнастики.		1	20			7
Тема 8. Особливості проведення підготовчої, основної та заключної частин тренувального заняття з гімнастики.		1				1
Усього годин:	30	2	20			8
Кредит 4. Організація та проведення змагань з гімнастики.						
Тема 9. Організація та проведення змагань з гімнастики.	10					10
Тема 10. Особливості суддівства масових змагань з гімнастики.	20					20
Усього годин:	30					30
Усього годин:	120	2	38			80

4.1 Структура навчальної дисципліни (заочна форма навчання)

Назви кредитів і тем	Кількість годин					
	усьо го	у тому числі				
		л	П	лаб	інд	ср
1	2	3	4	5	6	7
Кредит 1. Вправи для загального розвитку. Стройові вправи.						
Тема 1. Методика навчання стройовим вправам.	10					10
Тема 2. Методика навчання вправам для загального розвитку.	20					20
Усього годин:	30					30

Кредит 2. Техніка виконання та методика навчання гімнастичним вправам.						
Тема 3. Техніка виконання вправ на гімнастичних снарядах.	6					6
Тема 4. Методика навчання основним гімнастичним елементам.	6					6
Тема 5. Методика складання вільних вправ.	14		4			10
Тема 6. Страхування й допомога при виконанні вправ на гімнастичних снарядах.	4					4
Усього годин:	30		4			26
Кредит 3. Організація та методика секційних занять з гімнастики.						
Тема 7. Організація та методика проведення секційних занять з гімнастики.	25	1	8			16
Тема 8. Особливості проведення підготовчої, основної та заключної частин тренувального заняття з гімнастики.	5	1				4
Усього годин:	30	2	8			20
Кредит 4. Організація та проведення змагань з гімнастики.						
Тема 9. Організація та проведення змагань з гімнастики.	15					15
Тема 10. Особливості суддівства масових змагань з гімнастики.	15					15
Усього годин:	30					30
Усього годин:	120	2	12			106

6. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		денна	заочна
	Кредит 1. Вправи для загального розвитку. Стройові вправи.		
1.	Тема 1. Методика навчання стройовим вправам.	4	-
2.	Тема 2. Методика навчання вправам для загального розвитку.	6	-
	Кредит 2. Техніка виконання та методика навчання гімнастичним вправам.		
3.	Тема 3. Техніка виконання вправ на гімнастичних снарядах.	2	-
4.	Тема 4. Методика навчання основним гімнастичним елементам.	2	-

5.	Тема 5. Методика складання вільних вправ.	2	4
6.	Тема 6. Страхування й допомога при виконанні вправ на гімнастичних снарядах.	2	-
7.	Кредит 3. Організація та методика секційних занять з гімнастики.		
8.	Тема 7. Організація та методика проведення секційних занять з гімнастики.	20	8
Разом:		38	12

8. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		денна	заочна
	Кредит 1. Вправи для загального розвитку. Стройові вправи.		
1.	Тема 1. Методика навчання стройовим вправам.	6	10
2.	Тема 2. Методика навчання вправам для загального розвитку.	14	20
	Кредит 2. Техніка виконання та методика навчання гімнастичним вправам.		
3.	Тема 3. Техніка виконання вправ на гімнастичних снарядах.	6	6
4.	Тема 4. Методика навчання основним гімнастичним елементам.	4	6
5.	Тема 5. Методика складання вільних вправ.	8	10
6.	Тема 6. Страхування й допомога при виконанні вправ на гімнастичних снарядах.	4	4
	Кредит 3. Організація та методика секційних занять з гімнастики.		
7.	Тема 7. Організація та методика проведення секційних занять з гімнастики.	7	16
8.	Тема 8. Особливості проведення підготовчої, основної та заключної частин тренувального заняття з гімнастики.	1	4
	Кредит 4. Організація та проведення змагань з гімнастики.		
9.	Тема 9. Організація та проведення змагань з гімнастики.	10	15
10.	Тема 10. Особливості суддівства масових змагань з гімнастики.	20	15
Разом:		80	106

9. Індивідуальне навчально-дослідне завдання

Участь у науково – практичних конференціях по тематиці дисципліни «Методика проведення секційних занять в ЗОШ (гімнастика)»

10. Методи навчання

Із метою забезпечення максимального засвоєння студентами матеріалу курсу використовуються наступні методи навчання:

- словесні (лекція-монолог, лекція-діалог, бесіда);
- метод проблемного викладу матеріалу;
- наочні (презентація, ілюстрація);
- індуктивно-дедуктивний;
- метод стимулювання і мотивації навчально-пізнавальної діяльності;
- методи усного, письмового, тестового контролю та самоконтролю.

11. Методи контролю

Контрольна робота(по теоретичному та практичному матеріалу, що вивчався на практичних заняттях та опрацьовувався самостійно), усне опитування(проведення комплексів ЗРВ, перешикувань, проведення секційних занять). творчі роботи, експрес – тести, виконання індивідуального завдання(написання наукових статей на наукові студентські конференції) та самостійної роботи, перевірка конспектів тренувальних занять, вільних вправ,складених студентами.

12. Розподіл балів , які отримують студенти

№ кредиту	Номер теми	Номер практичного заняття	Аудиторна робота на заняттях		Самостійна робота	Реферування або презентація	Тестування	Контрольна робота	Участь у науково – практичних конференціях з тематики методика проведення секційних занять в ЗОШ (гімнастика) або творчий доробок	Разом
			Усна відповідь	Робота на занятті						
Кредит 1. Вправи для загального	1	1	5	4	5	15				
		2	10	4	5					
		3	10	4	5					

розвитку. Стройові вправи.	2	4	10	4	5						
		5	5	4	5						
Разом за кредит			40	20	25	15				100	
Кредит 2. Техніка виконання та методика навчання гімнастичним вправам.	3	6		10	5						
	4	7		10	5	20	20				
	5	8		10	5						
	6	9		10	5						
Разом за кредит				40	20	20	20			100	
Кредит 3. Організація та методика секційних занять з гімнастики.	7	10	40	2	40						
		11		2							
		12		2							
		13		2							
		14		2							
		15		2							
		16		2							
		17		2							
		18		2							
		19	2								
	8										
Разом за кредит			40	20	40					100	
Кредит4. Організація та проведення змагань з гімнастики.	9				15						
	10				15	15	15	30	10		
Разом за кредит					30	15	15	30	10	100	
Разом			80	80	115	50	35	30	10	400	
Аудиторна робота - 160					Самостійна робота - 240						
400											

Шкала оцінювання: національна та ECTS

ОЦІНКА ECTS	СУМА БАЛІВ	ОЦІНКА ЗА НАЦІОНАЛЬНОЮ ШКАЛОЮ	
		екзамен	залік
A	90-100	5 (відмінно)	5/відм./зараховано
B	80-89	4 (добре)	4/добре/ зараховано
C	65-79		
D	55-64	3 (задовільно)	3/задов./ зараховано
E	50-54	2 (незадовільно)	Не зараховано
FX	35-49		

13. Методичне забезпечення

1. Навчально - методичний посібник: Борецька Н.О, Боднар А.І. Методика проведення секційних занять зі спортивної гімнастики. – Миколаїв, МНУ ім. В.О.Сухомлинського, 2016. - 117 с.
- 2.Робочий зошит для самостійної роботи з методики викладання секційних занять в ЗОШ (гімнастика): навчально-методичний посібник / Н.О.Борецька, О.М. Грохович. – Миколаїв, МНУ ім. В.О.Сухомлинського, 2017. - 58 с.
3. Навчально-методичний комплекс.

14. Рекомендована література

Базова

- 1.Худолій О.М.Основи методики викладання гімнастики: Навч.посібник. В 2-х частинах. – 3 – є вид., випр. і доп. – Харків: «ОВС», 2004.- Ч.1.- 414 с.: іл..
- 2.Гимнастика и методика преподавания: Учебник для институтов физической культуры / Под общей редакцией В.М.Смолевского. М.: Физкультура и спорт, 1987. – 329 стр.
- 3.Брыкин А., Князев В. Страховка в спортивной гимнастике.М.: Физкультура и спорт, 1961. – 160 стр.
- 4.Болобан В.М. На зарядку становись. К.: Рад. школа, 1981. – 103 стр.
Добовчук С.В. «Ритмическая гимнастика: учебное пособие». - М.: МГИУ, 2008.
- Кеннет Купер. «Аэробика для хорошего самочувствия». – Москва: «физкультура и спорт»,1989.
- 5.Вінокурова Л. Ритмічна гімнастика – краса і здоров'я. Молода спортивна наука України: Зб.наук.праць з галузі фізичної культури та спорту.Вип.6: У2-х т.- Л.: Вид.дім «Панорама»,2002.-Т.1.-с.181-183.

6. Фальков О.П., Сергієнко Л.П. Гімнастика з основами фізичної підготовки школярів (Навчальний посібник). Херсон : Наддніпрянська правда, 1994. – 208 стр.
7. Теория и методика гимнастики. / Под общей редакцией В.И. Филиповича, 1971.
8. Юный гимнаст. / Под общей редакцией А.Н. Шлемина. М.: Физкультура и спорт, 1973.
9. В.М. Смолевский, Ю.К. Гавердовский. Спортивная гимнастика. / Учебник. / Киев. Олимпийская литература, 1999. – 456 стр.
10. Т. Лисицкая. Ритм. Пластика. М.: Физкультура и спорт, 1987. – 158 стр.
11. П.К. Петров. Методика обучения упражнениям в висах и упорах в школе. / Учебное пособие. / Ижевск. Издательство УдГУ, 1995. – 92 стр.
12. Менхин Ю.В. Физическая подготовка в гимнастике. М.: Физкультура и спорт, 1989. – 224 стр.
13. Петров П.К. Общеразвивающие упражнения на уроках гимнастики в школе. / Учебное пособие. / Ижевск. Издательство УдГУ, 1995. – 164 стр.
14. Петров П.К. Методика преподавания гимнастики в школе. / Учебное пособие для студ. высш. учебных заведений. / М.: Гуманит. изд. центр Владос, 2000. – 448 стр.
15. Методика організації занять з фізичної культури школярів молодших класів. Частина 1 (для 1-2 класів) Під ред. Ю.Є. Кулакова, О.П. Фалькова. Миколаїв: МДПУ, 2002. – 106 стр.
16. Методика організації занять з фізичної культури школярів молодших класів. Частина 2 (для 3-4 класів) Під ред. Ю.Є. Кулакова, О.П. Фалькова. Миколаїв: МДПУ, 2002. – 118 стр.
17. Фальков О.П., Кулаков Ю.Є., Главатий С.М. Домашнє завдання з фізичної культури в школі на основі колового тренування. Миколаїв: МДПУ, 2003. – 1 стр.

Допоміжна

1. Краткий русско-украинский словарь по физической культуре и спорту. Короткий російсько-український словник з фізичної культури та спорту. Укладач: Диновський Д.М. Київ: „Просвіта”, 1993. – 20 стр.
2. Б.А. Ашмарин. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании. / Пособие для студентов, аспирантов и преподавателей институтов физической культуры. / М.: Физическая культура и спорт, 1978. – 221 стр.

3. Нормирование нагрузок в физическом воспитании школьников. /Под редакцией Л.Е.Любомирского. М.: „Педагогика”, 1989. – 190 стр.
4. Адаптация организма подростков к учебной нагрузке./Под редакцией Д.В.Колесова. М.: „Педагогика”, 1987. – 150 стр.
5. М.А.Годик. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок. М.: Физкультура и спорт, 1982. – 136 стр.
6. Основи здоров'я і фізична культура./ Програма для загальноосвітніх закладів. 1-11 класи./ „Фізичне виховання в школі”, 2002. - №1. – стр. 13-44.
7. Гимнастика. /Под общей редакцией А.М.Шлемина и А.Т.Брыкина. М.: Физкультура и спорт, 1969.
8. Методические рекомендации по оздоровительной гимнастике (использование наглядности при выполнении упражнений в висах и упорах школьниками 2-4 классов). Составители: Фальков А.П., Бердников А.Б. Николаев, 1987. – 11 стр.
9. Петров П.К., Закиров А.М. Гимнастическая терминология (программированные задания по строевым упражнениям). Методическая разработка для студентов факультета физического воспитания и слушателей ФПК. Ижевск, 1983. – 33 стр.
10. Правила змагань з гімнастики (остан. видання).
11. Правила змагань з акробатики (остан. видання).
12. Методика проведення секційних занять зі спортивної гімнастики : навчально-методичний посібник / Н.О.Борецька, А.І.Боднар. – Миколаїв, МНУ ім. В.О.Сухомлинського, 2016. - 117 с.
13. Робочий зошит для самостійної роботи з методики викладання секційних занять в ЗОШ (гімнастика): навчально-методичний посібник / Н.О.Борецька, О.М. Грохович. – Миколаїв, МНУ ім. В.О.Сухомлинського, 2017. - 58 с.

15. Інформаційні ресурси

1. Всесвітня мережа Інтернет.
2. Сайт кафедри теорії та методики фізичної культури МНУ ім. В.О.Сухомлинського.