

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МИКОЛАЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ В. О. СУХОМЛИНСЬКОГО

Факультет фізичної культури та спорту
Кафедра теорії та методики фізичної культури



ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор із науково-педагогічної
роботи

О. А. Кузнецова

27 серпня 2019 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

МЕТОДИКА ПРОВЕДЕННЯ СЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ

З ГІМНАСТИКИ

Ступінь бакалавра

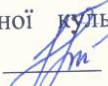
Галузь знань 01 Освіта/Педагогіка

Спеціальність «014 Середня освіта»

014.11 Середня освіта (Фізична культура)

Освітня програма Фізична культура, спортивно-масова робота та туризм

2019-2020 навчальний рік

Розробник: Борецька Наталія Олександрівна, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури, доктор філософії в галузі управління та адміністрування  (Борецька Н.О)

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри теорії та методики фізичної культури.

Протокол від « 27 » серпня 2019 року № 1

Завідувач кафедри  (Литвиненко О. М.)

«27» серпня 2019 р.

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, освітній ступінь	Характеристика навчальної дисципліни
		<i>денна форма навчання</i>
Кількість кредитів – 3	Галузь знань <u>01Освіта/Педагогіка</u>	Варіативна
	014.11 Середня освіта (Фізична культура). Освітня програма Фізична культура, спортивно – масова робота та туризм.	
Індивідуальне науково-дослідне завдання – не передбачено	Ступінь бакалавра	<i>Рік підготовки:</i>
		4
<i>Семестр</i>		
8		
<i>Лекції</i>		
4		
<i>Практичні, семінарські</i>		
26		
<i>Лабораторні</i>		
-		
<i>Самостійна робота</i>		
60		
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 2 самостійної роботи студента - 3.3	Вид контролю: залік	
Загальна кількість годин - 90		

Мова викладання – українська.

Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної та індивідуальної роботи становить: для денної форми навчання – 90 год.: 30 год. – аудиторні заняття, 60 год. – самостійна робота (33.3% ~ 66.7 %).

Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, освітній ступінь	Характеристика навчальної дисципліни
		<i>заочна форма навчання</i>
Кількість кредитів – 3	Галузь знань <u>01Освіта/Педагогіка</u>	Варіативна
	014.11 Середня освіта (Фізична культура). Освітня програма Фізична культура, спортивно – масова робота та туризм.	
Індивідуальне науково-дослідне завдання – не передбачено		<i>Рік підготовки:</i>
		4
Загальна кількість годин - 90		<i>Семестр</i>
		8
	Ступінь бакалавра	<i>Лекції</i>
		<i>Практичні, семінарські</i>
		10
		<i>Лабораторні</i>
		-
		<i>Самостійна робота</i>
80		
		Вид контролю: залік

Мова викладання – українська.

Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної та індивідуальної роботи становить: для заочної форми навчання – 90год.: 10год. – аудиторні заняття, 80год. – самостійна робота (11.1 % ~ 88.4 %).

2. Мета, завдання навчальної дисципліни та результати навчання

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 обраній вправі 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.

Передумови для вивчення дисципліни: вивчення дисципліни неможливе без знань анатомії, фізіології людини, ритміки та хореографії, гімнастики та методики викладання, біомеханіки. Процес навчання гімнастичним вправам проходить на основі знань педагогіки, психології.

На вивчення навчальної дисципліни відводиться 90 годин / 3 кредити ECTS.

Очікувані результати навчання:

ПРН 3. Демонструє уміння планувати, чітко формулювати цілі, застосовувати різноманітні методики, технології, які сприятимуть ефективній організації навчально-виховного процесу.

ПРН 5. Демонструє знання правил профілактики травматизму та надання першої медичної допомоги; володіє основними методами захисту населення від можливих наслідків аварій, катастроф, стихійних лих.

ПРН 6. Демонструє знання законів і принципів розучування рухових умінь і навичок, володіє теорією і методикою розвитку рухових умінь і навичок в базових видах рухової активності.

ПРН 8. Демонструє уміння у розробці навчально-методичних матеріалів (робочих програм, навчально-тематичних планів) на основі освітнього стандарту та зразкових програм з урахуванням виду освітньої установи, особливостей класу / групи та окремих учнів.

ПРН 18. Виявлена здатність вчитися упродовж життя і вдосконалюватися, з високим рівнем автономності, набутої під час навчання кваліфікації.

ПРН 22. Здатність самостійно проводити навчальні заняття з фізичної культури з дітьми шкільного віку та учнями освітніх закладів загальної середньої, середньої та професійної освіти, позакласну спортивно-масову роботу з учнями.

ПРН 23. Здатність оцінювати фізичні здібності і функціональний стан учнів, адекватно вибирати засоби і методи рухової діяльності для корекції стану учнів з урахуванням їх індивідуальних особливостей на уроках фізичної культури.

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студент оволодіває такими *компетентностями:*

I. Загальнопредметні:

ЗК 2. Здатність працювати в команді та автономно.

ЗК 4. Здатність застосовувати набуті знання в практичних ситуаціях.

ЗК 6. Здатність до самовдосконалення та саморозвитку.

ЗК 11. Здатність учитися; володіти високою мотивацією до підвищення свого культурного і професійного рівня.

II. Фахові

ФК 4. Здатність аналізувати особливості сприйняття та засвоєння учнями навчальної інформації з метою прогнозу ефективності та корекції навчально-виховного процесу з фізичного виховання.

ФК 8. Здатність вести документацію, що забезпечує процес навчання з фізичної культури в середніх загальноосвітніх навчальних закладах.

ФК 11. Здатність самостійно проводити заняття з в шкільній секції спортивного напрямку, здійснювати профілактику травматизму.

ФК 16. Здатність здійснювати реабілітаційні заходи з метою відновлення функцій організму, досягнення нормального рівня здоров'я, оптимального фізичного стану та кондиції осіб різного віку (зокрема учнів спеціальних медичних груп) з порушеннями різної нозології.

ФК 17. Здатність до ініціативності, відповідальності та навичок до безпечної діяльності відповідно до майбутнього профілю роботи, галузевих норм і правил, а також необхідного рівня індивідуального та колективного рівня безпеки у надзвичайних ситуаціях.

3. Програма навчальної дисципліни

Кредит 1. Вправи для загального розвитку. Вправи хореографії.

Тема 1. Методика навчання вправам для загального розвитку при проведенні секційних занять з гімнастики

Тема 2. Методика навчання вправам хореографії при проведенні секційних занять з гімнастики.

Кредит 2. Техніка виконання та методика навчання гімнастичним вправам.

Тема 3. Техніка виконання вільних вправ..

Тема 4. Методика навчання вільним вправам.

Тема 5. Методика складання вільних вправ.

Тема 6. Страхування й допомога при виконанні вільних вправ.

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.

Тема 9. Організація та проведення змагань з гімнастики.

Тема 10. Особливості суддівства масових змагань з гімнастики.

4. Структура навчальної дисципліни Денна форма навчання

Назви кредитів і тем	Кількість годин					
	усь го	у тому числі				
		л	п	лаб	інд	сп
1	2	3	4	5	6	7
Кредит 1. Вправи для загального розвитку. Вправи хореографії.						
Тема1. Методика навчання вправам для загального розвитку при проведенні секційних занять з гімнастики.	14		2			12
Тема2. Методика навчання вправам хореографії при проведенні секційних занять з гімнастики.	16		4			12
Усього годин:	30		6			24

Кредит 2. Техніка виконання та методика навчання гімнастичним вправам.						
Тема3.Техніка виконання вільних вправ.	8		2			6
Тема4.Методика навчання вільним вправам.	8		2			6
Тема5.Методика складання вільних вправ.	8		2			6
Тема6.Страхування й допомога при виконанні вільних вправ.	6					6
Усього годин:	30		6			24
Кредит 3. Організація та методика секційних занять з гімнастики.						
Тема7.Організація та методика проведення секційних занять з гімнастики.	20	2	14			3
Тема8.Особливості проведення підготовчої, основної та заключної частин тренувального заняття з гімнастики.	4					3
Тема9.Організація та проведення змагань з гімнастики.	6	2				3
Тема10.Особливості суддівства масових змагань з гімнастики.	4					3
Усього годин:	30	4	14			12
Усього годин:	90	4	26			60

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. Вправи хореографії.						
Тема1. Методика навчання вправам для загального розвитку при проведенні секційних занять з гімнастики.	15		1			14
Тема2.Методика навчання вправам хореографії при проведенні секційних занять з гімнастики.	15		1			14
Усього годин:	30		2			28
Кредит 2. Техніка виконання та методика навчання гімнастичним вправам.						
Тема3.Техніка виконання вільних вправ.	7		1			6
Тема4.Методика навчання вільним вправам.	7		1			6
Тема5.Методика складання вільних вправ.	9		2			7
Тема6.Страхування й допомога при виконанні вільних вправ.	7					7
Усього годин:	30		4			26
Кредит 3. Організація та методика секційних занять з гімнастики.						
Тема7.Організація та методика проведення секційних занять з гімнастики.	9		2			7
Тема8.Особливості проведення підготовчої, основної та заключної частин тренувального	8		1			7

заняття з гімнастики.					
Тема9. Організація та проведення змагань з гімнастики.	7		1		6
Тема10. Особливості суддівства масових змагань з гімнастики.	6				6
Усього годин:	30		4		26
Усього годин:	90		10		80

**5. Теми лекційних занять
Денна форма навчання**

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
		денна
Кредит 3. Організація та методика секційних занять з гімнастики.		
1	Тема7. Організація та методика проведення секційних занять з гімнастики.	2
2	Тема9. Організація та проведення змагань з гімнастики.	2
	Разом :	4

**5. Теми практичних занять
Денна форма навчання**

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
		денна
Кредит 1. Вправи для загального розвитку. Вправи хореографії.		
1.	Тема1. Методика навчання вправам для загального розвитку при проведенні секційних занять з гімнастики.	2
2.	Тема2. Методика навчання вправам хореографії при проведенні секційних занять з гімнастики.	4
Кредит 2. Техніка виконання та методика навчання гімнастичним вправам.		
3.	Тема3. Техніка виконання вільних вправ.	2
4.	Тема4. Методика навчання вільним вправам.	2
5.	Тема5. Методика складання вільних вправ.	2
Кредит 3. Організація та методика секційних занять з гімнастики.		
6.	Тема7. Організація та методика проведення секційних занять з гімнастики.	14
	Разом:	26

Заочна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
		заочна
Кредит 1. Вправи для загального розвитку. Вправи хореографії.		
1.	Тема1. Методика навчання вправам для загального розвитку при проведенні секційних занять з гімнастики.	1

2.	Тема2. Методика навчання вправам хореографії при проведенні секційних занять з гімнастики.	1
Кредит 2. Техніка виконання та методика навчання гімнастичним вправам.		
3.	Тема3. Техніка виконання вільних вправ.	1
4.	Тема4. Методика навчання вільним вправам.	1
5.	Тема5. Методика складання вільних вправ.	2
Кредит 3. Організація та методика секційних занять з гімнастики.		
6.	Тема7. Організація та методика проведення секційних занять з гімнастики.	2
7.	Тема8. Особливості проведення підготовчої, основної та заключної частин тренувального заняття з гімнастики.	1
8.	Тема9. Організація та проведення змагань з гімнастики.	1
Разом:		10

7. Теми лабораторних занять - не передбачено

8. Самостійна робота Денна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
		денна
Кредит 1. Вправи для загального розвитку. Вправи хореографії.		
1.	Тема1. Методика навчання вправам для загального розвитку при проведенні секційних занять з гімнастики.	12
2.	Тема2. Методика навчання вправам хореографії при проведенні секційних занять з гімнастики.	12
Кредит 2. Техніка виконання та методика навчання гімнастичним вправам.		
3.	Тема3. Техніка виконання вільних вправ.	6
4.	Тема4. Методика навчання вільним вправам.	6
5.	Тема5. Методика складання вільних вправ.	6
6.	Тема6. Страхування й допомога при виконанні вільних вправ.	6
Кредит 3. Організація та методика секційних занять з гімнастики.		
7.	Тема7. Організація та методика проведення секційних занять з гімнастики.	3
8.	Тема8. Особливості проведення підготовчої, основної та заключної частин тренувального заняття з гімнастики.	3
	Тема9. Організація та проведення змагань з гімнастики.	3
9.	Тема10. Особливості суддівства масових змагань з гімнастики.	3
Разом:		

Заочна форма навчання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
		заочна
Кредит 1. Вправи для загального розвитку. Вправи хореографії.		
1.	Тема1. Методика навчання вправам для загального розвитку при проведенні секційних занять з гімнастики.	14
2.	Тема2. Методика навчання вправам хореографії при проведенні секційних занять з гімнастики.	14
Кредит 2. Техніка виконання та методика навчання гімнастичним вправам.		
3.	Тема3. Техніка виконання вільних вправ.	6
4.	Тема4. Методика навчання вільним вправам.	6
5.	Тема5. Методика складання вільних вправ.	7
6.	Тема6. Страхування й допомога при виконанні вільних вправ.	7
Кредит 3. Організація та методика секційних занять з гімнастики.		
7.	Тема7. Організація та методика проведення секційних занять з гімнастики.	7
8.	Тема8. Особливості проведення підготовчої, основної та заключної частин тренувального заняття з гімнастики.	7
	Тема9. Організація та проведення змагань з гімнастики.	6
9.	Тема10. Особливості суддівства масових змагань з гімнастики.	6
Разом:		

9. Індивідуальне навчально-дослідне завдання - не передбачено

10. Форми роботи та критерії оцінювання

Рейтинговий контроль знань студентів здійснюється за 100-бальною шкалою:

Шкала оцінювання: національна та ECTS

ОЦІНКА ЄКТС	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		
FX	35-49	2 (незадовільно)	Не зараховано

Форми поточного та підсумкового контролю. Комплексна діагностика знань, умінь і навичок студентів із дисципліни здійснюється на основі результатів проведення поточного й підсумкового контролю знань (КР). Поточне оцінювання (індивідуальне, групове і фронтальне опитування, самостійна робота, самоконтроль). Завданням поточного контролю є систематична перевірка розуміння та засвоєння програмового

матеріалу, виконання практичних завдань, уміння самостійно складати та проводити комплекси загально розвиваючих вправ, запис їх згідно гімнастичної термінології, складання конспекту уроку, проведення уроку фізичної культури, написання і захист реферату.

Завданням підсумкового контролю (КР, залік) є перевірка глибини засвоєння студентом програмового матеріалу кредиту

Критерії оцінювання відповідей на практичних заняттях:

Оцінка «відмінно»:

Критерії оцінки теоретичних знань.

Студент на високому рівні володіє знаннями навчального матеріалу, аргументовано використовує їх у різних ситуаціях. Студент має системні глибокі знання термінології, усвідомлено використовує їх на практиці.

Критерії оцінки практичних умінь.

Виконання практичних нормативів без помилок.

Оцінка «дуже добре» :

Критерії оцінки теоретичних знань

Знання студента є достатніми, він застосовує вивчений матеріал у стандартних ситуаціях. Відповідь його логічна, хоч і має неточності. Студент добре знає гімнастичну термінологію і застосовує її у практичній діяльності.

Критерії оцінки практичних умінь

Виконання практичних нормативів з незначними технічними помилками.

Оцінка «добре» :

Критерії оцінки теоретичних знань

Знання студента є достатніми, він застосовує вивчений матеріал у стандартних ситуаціях. Відповідь його логічна, хоч і має неточності. Студент знає гімнастичну термінологію але застосовує її у практичній діяльності з незначними помилками.

Критерії оцінки практичних умінь

Виконання практичних нормативів з незначними технічними помилками.

Оцінка «достатньо»:

Критерії оцінки теоретичних знань

Студент відтворює основний навчальний матеріал, здатний з помилками дати визначення термінології команд, основних положень прямими та зігнутими руками, стійок тощо.

Студент виявляє знання й розуміння основних положень навчального матеріалу. Відповідь його правильна, але недостатньо осмислена. Вміє застосовувати знання при виконанні завдань за зразком.

Критерії оцінки практичних умінь

Виконання практичних нормативів із значними технічними помилками.

Оцінка «мінімально задовільно»:

Критерії оцінки теоретичних знань

Студент відтворює основний навчальний матеріал, здатний з помилками дати визначення термінології команд, основних положень прямими та зігнутими руками, стійок тощо.

Студент з помилками виявляє знання й розуміння основних положень навчального матеріалу. Відповідь його недостатньо осмислена. Вміє застосовувати знання при виконанні завдань за зразком.

Критерії оцінки практичних умінь

Виконання практичних нормативів із значними технічними помилками.

Оцінка «незадовільно»:

Студент не володіє теоретичними знаннями та практичними вміннями.

Оцінка за виконання індивідуального науково-дослідного завдання, завдань самостійної роботи виставляється з урахуванням таких параметрів: використання наукових знань з тематики дисципліни, творчий підхід до виконання самостійної роботи.

Кількість балів у кінці семестру повинна складати від 150 до 300 балів (за 3 кредити), тобто сума балів за виконання усіх завдань.

Відповідний розподіл балів, які отримують студенти за 3 крд.

Поточне оцінювання та самостійна робота										КР	Накопичувальні бали/сума
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9	T10	25	300/100
50	50	10	30	30	30	30	20	15	10		

11. Засоби діагностики

Засобами діагностики та методами демонстрування результатів навчання є: завдання до практичних занять, завдання для самостійної та індивідуальної роботи (реферати), презентації результатів досліджень, тестові завдання, контрольні роботи.

12. Методи навчання

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

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

13. Рекомендована література

Базова

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.

Допоміжна

- 1.Краткий русско-украинский словарь по физической культуре и спорту. Короткий російсько-український словник з фізичної культури та спорту. Укладач: Динівський Д.М. Київ: „Просвіта”, 1993. – 20 стр.
- 2.Правила змагань з гімнастики (остан. видання).
- 3.Правила змагань з акробатики (остан. видання).

Інформаційні ресурси

1. Айунц В.І., Мельничук Д.Р. Основи методики викладання гімнастики: Навч. посібник. – Житомир: Видавництво Житомирського державного університету імені Івана Франка, 2010. – 76 с. – Режим доступу: <http://eprints.zu.edu.ua/5914/2/%C2%B0.pdf>
2. Мехоношин С.О. Гімнастика. Індивідуальна та самостійна робота студентів (на прикладі технологій графічного конструювання, ситуаційного моделювання, ступеневого навчання) / С.О. Мехоношин. — Тернопіль: Навчальна книга — Богдан, 2013. — 216 с.

(монографія). — Режим доступу: <https://bohdan-books.com/upload/iblock/663/6636804e0b8a5558200df9e4e17bbd99.pdf>

3. Худолій О.М. Основиметодикивикладаннягімнастики: Навч. посібник. У 2-х томах. — 4-е вид., випр. і доп. — Харків: «ОВС», 2008. — Т. 1. — 408 с: іл. — Режим доступу: <http://www.ovc.kharkov.ua/omvg-4ed-t1.pdf>