

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ПРИКАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТЕФАНІКА**



**Факультет фізичного виховання і спорту  
Кафедра спортивно-педагогічних дисциплін**

**СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ  
ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА НАВЧАННЯ ГІМНАСТИКИ, РИТМІКИ,  
ХОРЕОГРАФІЇ І ЧЕРЛІДІНГУ**

Рівень вищої освіти	перший (бакалаврський)
Освітня програма	«Середня освіта (фізична культура)»
Спеціалізація	014.11 Фізична культура
Спеціальність	014 Середня освіта (за предметними спеціальностями)
Галузь знань	01 Освіта/Педагогіка

Затверджено на засіданні кафедри  
теорії та методики фізичної культури  
Протокол № 8 від “23” січня 2025 р.

Івано-Франківськ - 2025

## 1. Загальна інформація

Назва дисципліни	Теорія і методика навчання гімнастики, ритміки, хореографії і чирлідінгу
Викладач (і)	Синиця Андрій Володимирович кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент Земська Надія Остапівна кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент
Контактний телефон викладача	+380505497670 +380950047097
Е-mail викладачів	<a href="mailto:andrii.synytsia@pnu.edu.ua">andrii.synytsia@pnu.edu.ua</a> <a href="mailto:nadiia.zemska@pnu.edu.ua">nadiia.zemska@pnu.edu.ua</a>
Формат дисципліни	Очний/заочний
Обсяг дисципліни	9 кредитів ЄКТС, 270 годин
Посилання на сайт дистанційного навчання	<a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/developer/course/view/1818">https://d-learn.pnu.edu.ua/developer/course/view/1818</a>
Консультації	Згідно графіка

## 2. Анотація до навчальної дисципліни

Дисципліна призначена для студентів першого курсу спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) та покликана сформувати у них цілісну систему знань щодо методики навчання гімнастики, ритміки, хореографії і чирлідінгу, оволодіння технікою вправ основної гімнастики, виконання гімнастичних вправ під музичний супровід та методикою навчання основних гімнастичних елементів, танцювальних кроків й елементів чирлідінгу.

## 3. Мета та цілі навчальної дисципліни

Вивчення методики навчання гімнастики, оволодіння технікою вправ основної гімнастики, засвоєння необхідних професійних вмінь та навичок пов'язаних із грамотним доббором музичного супроводу та вмінням виконувати вправи під музику, оволодінням технікою виконання та методикою навчання основних танцювальних кроків, а також професійними вміннями і навичками необхідними в практичній діяльності вчителя фізичного виховання, тренерській та організаційній роботі в галузі фізичної культури та спорту.

## 4. Програмні компетентності та результати навчання

Компетентності
<b>Інтегральна компетентність</b> Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми в галузі освіти (фізична культура), що передбачає застосування теорій, технологій та методів відповідних наук, педагогіки, психології, теорії та методики фізичної культури, фізіології, біомеханіки, морфології і характеризується комплексністю та невизначеністю педагогічних умов організації освітнього процесу в закладах освіти, а також у сфері шкільного туризму

### **Загальні компетентності**

ЗК-5. Здатність працювати в команді, виконувати роботу в групі під керівництвом лідера, мати навички, що демонструють здатність до врахування вимог трудової дисципліни і інтересів колективу

ЗК-9. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

### **Фахові компетентності**

ФК-1. Здатність формувати в учнів предметні компетентності з фізичного виховання, медико-біологічних та психологічних основ і технологій розвитку рухових умінь і навичок та фізичних якостей, санітарно-гігієнічних основ діяльності у сфері фізичної культури, відповідно до вимог стандарту середньої освіти.

ФК-2. Здатність застосовувати сучасні методи й освітні технології навчання у фізичному вихованні.

ФК-3. Здатність здійснювати об'єктивний контроль і оцінювання рівня навчальних досягнень учнів з фізичної культури.

ФК-5. Здатність до володіння педагогічними, медико-біологічними, інформаційними технологіями для формування здорового способу життя, розвитку рухових умінь і навичок, розвитку фізичних (рухових) якостей у представників різних груп населення і самостійної розробки методик і технологій для інтегрального гармонійного розвитку людини.

ФК-6. Здатність до аналізу, систематизації та оцінки педагогічного досвіду, здатність до розробки методики та технологій для розвитку рухових умінь і навичок та фізичних (рухових) якостей) на основі розуміння і застосування положень фізіології, морфології, біохімії, біомеханіки

ФК-7. Здатність оволодівати базовими і новими видами спортивно-оздоровчої діяльності

ФК-8. Здатність вести документацію, що забезпечує процес навчання з фізичної культури в закладах загальної середньої освіти.

ФК-9. Здатність здійснювати профілактику травматизму, забезпечувати охорону життя і здоров'я дітей

ФК-10. Здатність самостійно проводити навчальні заняття з фізичної культури з дітьми шкільного віку та учнями в загальноосвітніх установах, освітніх закладах середньої та професійної освіти, позакласну спортивно-масову роботу з учнями.

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

### **Програмні результати навчання**

ПРН-3. Знати вимоги до оформлення документації та основні закономірності побудови документів для здійснення навчального процесу з фізичної культури

ПРН-4. Знати правила профілактики травматизму та надання першої медичної допомоги.

ПРН-9. Розуміти основи загальної теорії і методики фізичного виховання; особливостей організації та проведення різних форм занять фізичними вправами з урахуванням освітніх та виховних завдань; принципів та особливостей розробки програм занять фізичною культурою. Знає, як застосовувати на практиці основні вчення в галузі фізичної культури.

ПРН-13. Володіти педагогічними, медико-біологічними, інформаційними технологіями для формування здорового способу життя, розвитку рухових умінь і навичок, розвитку фізичних (рухових) якостей у представників різних груп населення і вміє самостійно розробляти методики і технології для інтегрального гармонійного розвитку людини.

ПРН-14. Володіти руховими навичками в базових видах спорту на рівні масових розрядів; володіти теорією і методикою розвитку рухових умінь і навичок в базових видах рухової активності; вдосконалювати руховий арсенал шляхом формування рухових умінь і навичок в інших видах рухової активності.

ПРН-15. Вміти розробляти навчально-методичні матеріали (робочі програми, навчально-Тема тичні плани) на основі освітнього стандарту та зразкових програм з урахуванням виду

освітньої установи, особливостей класу / групи та окремих учнів.  
 ПРН-19. Здійснювати організацію діяльності населення з використанням різних видів та форм рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя, зокрема, зі спортивного туризму й орієнтування.  
 ПРН-22. Вміти надавати долікарську медичну допомогу при невідкладних станах та патологічних процесах в організмі людини.  
 ПРН-26. Організовувати співпрацю учнів і вихованців та ефективно працює в команді (педагогічному колективі освітнього закладу, інших професійних об'єднаннях).

## 5. Організація навчання

Обсяг навчальної дисципліни	
Вид заняття	Загальна кількість годин
лекції	24
практичні	66
самостійна робота	180

Ознаки навчальної дисципліни			
Семестр	Спеціальність	Курс (рік навчання)	Нормативний / вибірковий
1,2	014 Середня освіта (фізична культура)	1	Нормативна

Тематика навчальної дисципліни			
Тема	Кількість год.		
	лекції	практичні	сам. роб
Модуль 1			
Змістовий модуль 1			
Тема 1. Введення в курс гімнастики.	2		4
Тема 2. Методика проведення стройових вправ.	4	4	10
Тема 3. Основи гімнастичної термінології.	2	2	8
Тема 4. Характеристика ЗРВ та комплексів з них.	2	2	8
Тема 5. Урок, як основна форма організації навчального процесу.	4	4	8
Тема 6. Запобіжні заходи попередження травм на заняттях з гімнастики, ритміки, хореографії та чирлідінгу.	2	6	16
Змістовий модуль 2			
Тема 7. Техніка виконання і методика проведення основних ЗРВ.		4	16
Тема 8. Проведення комплексів ЗРВ.		6	16
Тема 9. Розвиток фізичних якостей за допомогою комплексів ЗРВ.		4	16

Тема 10. Проведення підготовчої частини заняття з гімнастики за конспектом згідно завдань викладача (навчальна практика).		10	20
<b>Разом за модулем 1</b>	16	42	122
<b>Модуль 2</b>			
<b>Змістний модуль 3</b>			
Тема 11. Музична ритміка і хореографія – як засоби естетичного виховання людини.	2		4
Тема 12. Використання засобів муз. ритміки і хореографії у фізичному та естетичному вихованні дітей.	2		4
Тема 13. Виконання ритмічних завдань.		2	6
Тема 14. Вивчення танцювальних кроків.		2	6
<b>Змістовий модуль 4</b>			
Тема 15. Методика викладання основної гімнастики в навчальних закладах.	2	2	6
Тема 16. Основи методики навчання гімнастичним елементам.		4	6
Тема 17. Методика навчання гімнастичним елементам.		4	6
Тема 18. Планування основної частини уроку (Контрольна робота).		2	6
Тема 19. Проведення заняття з гімнастики за конспектом згідно завдань викладача (навчальна практика).		6	6
Тема 20. Основна характеристика черлідінгу.	2	2	8
<b>Разом за модулем 2</b>	8	22	60
<b>Всього</b>	24	66	180

## 6. Система оцінювання курсу

<b>Накопичування балів під час вивчення дисципліни 1 семестр (Залік)</b>		
Види навчальної роботи		Максимальна кількість балів
<b>Практичне заняття</b>	Тестовий контроль	10
	Усна відповідь	10
	Написання плану-конспекту	20
	Проведення занять	10
	Практичні навички	50
Максимальна кількість балів		100
<b>Накопичування балів під час вивчення дисципліни 2 семестр (Екзамен)</b>		
Види навчальної роботи		Максимальна кількість балів
<b>Практичне заняття</b>	Тестовий контроль	10
	Усна відповідь	10
	Написання плану-конспекту	10
<b>Індивідуальне завдання</b>	Проведення занять	10
<b>Самостійна робота</b>	Практичні навички	10
<b>Екзамен</b>		50
Максимальна кількість балів		100

## Оцінювання відповідно до графіку навчального процесу 1 семестр (Залік)

Види навч. роботи	Графік навчального процесу											ІЗ	ПН	Разом	
	Номер практичного заняття					КСР1	Номер практичного заняття								КСР2
	1-2	3-4	5-6	7-8	9-10		11-12	13-14	15-16	17-18	19-21				
<b>Т</b>	100	100	100	100	100		100	100	100	100	100			<b>20</b>	
<b>УВ</b>	10	10	10	10	10		10	10	10	10	10			<b>10</b>	
<b>ПН</b>	10	*	*	*	**		10	**	**	**	**		<b>10</b>	<b>50</b>	
<b>ДР</b>												<b>10</b>		<b>10</b>	
<b>СР</b>						<b>100</b>						<b>100</b>		<b>10</b>	
<b>Разом</b>														<b>100</b>	

## 2 семестр (Екзамен)

Види навч. роботи	Графік навчального процесу											ІЗ	ПН	Разом	
	Номер практичного заняття					КСР1	Номер практичного заняття								КСР2
	1	2	3	4	5		6	7	8	9-10	11				
<b>Т</b>	100	100	100	100	100		100	100	100	100	100			<b>10</b>	
<b>УВ</b>	10	10	10	10	10		10	10	10	10	10			<b>10</b>	
<b>ПН</b>	10	**	***	***	***		10	****	****	****	****		<b>10</b>	<b>10</b>	
<b>ДР</b>												<b>10</b>		<b>10</b>	
<b>СР</b>						<b>100</b>						<b>100</b>		<b>10</b>	
<b>Екзамен</b>														<b>50</b>	
<b>Разом</b>														<b>100</b>	

Примітка. Т – тестовий контроль знань;  
 УВ – усна відповідь;  
 ПН – практичні навички;  
 ДР – додаткова робота;  
 СР – самостійна робота;  
 КСР 1- контроль самостійної роботи 1;  
 КСР 2 – контроль самостійної роботи 2.  
 \*, \*\*, \*\*\*, \*\*\*\* – позначені теми, за які виставляється оцінка за оволодіння практичними навичками за модулем 1, 2, 3, 4.

Загальна система оцінювання навчальної дисципліни	Оцінювання здійснюється відповідно до: <a href="#">Положення про організацію освітнього процесу та розробку основних документів з організації освітнього процесу у Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника (введено в дію наказом ректора № 417 від 03.07.2023 р.);</a> <a href="#">Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності здобувачів вищої освіти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника</a> (наказ ректора Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника від 19 травня 2023 р. № 309) Система оцінювання знань студентів з навчальної дисципліни включає поточний та семестровий контроль знань. При поточному контролі оцінюються: систематичність роботи на практичних заняттях, рівень знань, продемонстрований у відповідях і виступах, активність при обговоренні питань, результати виконання і захисту
---	--

	<p>практичних робіт, експрес-контролю у формі тестів тощо. Оцінювання успішності студентів на практичних заняттях відбувається за 100 бальною шкалою.</p> <p>Підсумкова оцінка за вивчення дисципліни у I семестрі складається із математичної суми балів, набраних під час семестру – 100.</p> <p>Сума балів, набрана під час I семестру, складається із оцінок за практичні заняття (20), усну відповідь (10), практичних навиків (50), додаткового результату (10) та контролю самостійної роботи (КСР) – 10.</p> <p>Підсумкова оцінка за вивчення дисципліни у II семестрі складається із математичної суми балів, набраних під час семестру – 50% і під час іспиту 50%.</p> <p>Сума балів, набрана під час II семестру, складається із оцінок за практичні заняття (10), усну відповідь (10), практичних навиків (10), додаткового результату (10) та контролю самостійної роботи (КСР) – 10.</p> <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 спортивно-педагогічних дисциплін 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 <a href="#">«Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності здобувачів вищої освіти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника»</a> (наказ ректора Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника від 19 травня 2023 р. № 309) – стор. 4</p>
Вимоги до письмових робіт	<p>Письмовими роботами студентів денної форми навчання є:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– тестовий контроль знань (поточний, КСР);</li> <li>– огляд питань за темами та виступ на практичному занятті;</li> <li>– підготовка реферату, презентації, доповіді на практичне заняття.</li> </ul> <p>Письмовими роботами студентів заочної форми навчання є:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– тестовий контроль знань;</li> <li>– підготовка реферату, презентації, доповіді на практичне заняття.</li> </ul> <p>Тестовий контроль рівня знань студентів проводиться під час кожного практичного заняття і реалізується в системі дистанційного навчання або на паперових носіях.</p> <p>Максимальна кількість балів, набрана під час тестового контролю на кожному практичному занятті, становить 100 (виставляється згідно % правильних відповідей).</p> <p>Проходження всіх тестових завдань є обов'язковим для кожного студента.</p> <p>Контроль самостійної роботи (КСР) відбувається згідно затвердженого університетом графіка навчального процесу двічі на семестр (в середині – КСР 1 та кінці семестру – КСР 2) за розкладом. Для цього студент має самостійно опрацювати програмові питання у відповідності до теми. З темами, які виносяться на тижні контролю самостійної роботи, студент знайомиться на початку семестру. У</p>

	<p>методичних рекомендаціях до контролю самостійної роботи (КСР1, КСР 2 ) вказується тема (и), перелік програмових питань, які студент має опанувати, літературні джерела для опрацювання та інші матеріали за необхідності.</p> <p>Контроль самостійної роботи реалізується шляхом проходження тестування на платформі дистанційного навчання або на паперових носіях.</p> <p>Максимальна кількість балів, набрана під час тестового контролю на КСР становить 100 (виставляється згідно % правильних відповідей).</p> <p>Критерії оцінювання письмової роботи студентів денної форми навчання:</p> <p>90–100 балів – Огляд у письмовому вигляді всіх питань самостійної роботи, передбачених програмою та НМКД, підготовка реферативної роботи та виступ на практичному занятті, підготовка презентації;</p> <p>80–89 балів – Виконання зазначених завдань письмової роботи, однак не в повному обсязі, а в такому, що становить 80–90 % від запропонованих завдань;</p> <p>70–79 балів – Підготовка письмових робіт у повному обсязі та підготовка реферативної роботи (без виступу на практичних заняттях);</p> <p>60–69 балів – Підготовка письмових робіт та виступи на практичних заняттях у обсязі 50 %; підготовка реферативної роботи (без виступу на практичному занятті);</p> <p>50–59 балів – Підготовка письмових робіт у обсязі 50 % або підготовка реферативної роботи (без виступу на практичному занятті).</p> <p>Критерії оцінювання письмової роботи студентів заочної форми навчання (реферати, додаткові завдання):</p> <p>90–100 балів – виконані всі вимоги до написання й захисту реферату: позначені проблема й обґрунтована її актуальність, зроблений аналіз різних точок зору на проблему й логічно викладена власна позиція, сформульовані висновки, тема розкрита повністю, витриманий обсяг, дотримані вимоги до зовнішнього оформлення, дані правильні відповіді на додаткові питання викладача та присутніх у аудиторії;</p> <p>80–89 балів – виконані всі формальні вимоги до написання й захисту реферату: витриманий обсяг, дотримані вимоги до зовнішнього оформлення. Проблема позначена, але не достатньо обґрунтована її актуальність, зроблений короткий аналіз різних точок зору на проблему й викладена власна позиція, сформульовані висновки, тема розкрита достатньо повно, дані правильні відповіді на додаткові питання викладача та присутніх у аудиторії;</p> <p>70–79 балів – основні вимоги до реферату і його захисту виконані, але при цьому допущені деякі недоліки. Не обґрунтовано актуальність проблеми, висновки не чіткі. Наявні певні неточності у викладенні матеріалу. Вимоги щодо оформлення дотримано на належному рівні;</p> <p>60–69 балів – основні вимоги до реферату і його захисту виконані, але при цьому допущені недоліки. Зокрема, є неточності у викладі матеріалу; відсутні логічна послідовність у судженнях; не витриманий обсяг реферату; є недоліки в оформленні; на додаткові питання викладача та присутніх у аудиторії при захисті дані неповні відповіді;</p> <p>50–59 балів – є істотні недоліки стосовно вимог до написання</p>
--	---



	<p>реферату. Зокрема: тема розкрита лише частково; допущені фактичні помилки в змісті реферату або при відповіді на додаткові питання викладача та присутніх у аудиторії; під час захисту відсутній висновок;</p> <p>Менше 50 балів – тема реферату не розкрита, виявляється істотне нерозуміння проблеми, оформлення не відповідає встановленим вимогам, відсутня логіка викладу представленого матеріалу</p>
<p>Практичні заняття</p>	<p>Під час практичних занять студенти виконують практичні роботи з метою оволодіння практичними навиками (ПН). За кожним тематичним модулем передбачено виставлення оцінки за практичні навикки. Оцінка виставляється за результатами виконання практичних робіт, де вказуються отримані результати, здійснена їх інтерпретація та сформульовані висновки. Підставою для зарахування та оцінювання практичних навиків є здані і захищені протоколи практичних робіт. Оцінювання роботи студентів на практичних заняттях відбувається за 10-бальною шкалою.</p> <p>На кожному практичному занятті студент може отримати оцінку за усну відповідь (УВ), участь у дискусії, розв'язування ситуаційних задач тощо. Оцінювання УВ студентів на практичних заняттях відбувається за 10-бальною шкалою.</p> <p>Критерії оцінювання за 10-бальною шкалою:</p> <p>9-10 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.</p> <p>7-8 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.</p> <p>5-6 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.</p> <p>Менше 5 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</p>

	<p>допомоги викладача.</p> <p>Виконання всіх практичних робіт і здача оформлених протоколів з результатами їх виконання та висновками є обов'язковою для усіх студентів.</p> <p>Під час вивчення дисципліни студент здає практичні навички не менше, ніж за 3 модулями.</p>
Умови допуску до підсумкового контролю	<p>До заліку у I семестрі допускаються студенти, які набрали мінімум 50 балів за поточний контроль (практичні заняття) і відпрацювали пропущені заняття.</p> <p>До екзамену у II семестрі допускаються студенти, які набрали мінімум 25 балів за поточний контроль (практичні заняття) і відпрацювали пропущені заняття.</p>
Підсумковий контроль	<p>Залік, Екзамен.</p> <p>90-100 балів – Студент має глибокі міцні і системні знання з усього теоретичного і практичного курсу, вільно володіє понятійним апаратом, знає основні проблеми навчальної дисципліни, її мету та завдання. Вміє застосовувати здобуті практичні та теоретичні знання в усіх видах професійної діяльності; комунікативні уміння та навички сформовані на високому рівні; може аргументовано обрати раціональний спосіб виконання завдання і оцінити результати власної практичної діяльності; не допускає помилок під час виконання різних практичних завдань, вільно використовує знання для розв'язання поставлених перед ним завдань.</p> <p>80-89 балів – Студент має міцні ґрунтовні знання, виконує теоретичну і практичну роботу без помилок; комунікативні уміння та навички сформовані на високому рівні; може аргументовано обрати раціональний спосіб виконання завдання і оцінити результати власної практичної діяльності; вільно використовує знання для розв'язання поставлених перед ним завдань, але може допустити незначні помилки при виконанні залікових завдань, та самостійному виконанні практичних завдань.</p> <p>70-79 балів – Студент знає програмний матеріал повністю, має практичні навички щодо виконання практичних завдань, передбачених програмою, але не вміє самостійно і творчо мислити, не може вийти за межі теми.</p> <p>60-69 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</p> <p>50-59 балів – Студент знає основну тему заняття, має уявлення про поставлене питання, але його знання мають загальний характер. Відповіді базуються лише тільки на лекційному курсі і практично не підкріплені прикладами; має певні прогалини в інших темах, на яких базується матеріал практичного заняття; комунікативні уміння та навички сформовані частково; під час відповіді допускаються суттєві термінологічні помилки; має елементарні нестійкі навички виконання завдань; планує та виконує завдання за допомогою</p>

	<p>викладача.</p> <p>25–49 балів – з можливістю повторного складання. Студент має фрагментарні знання з усього курсу; не володіє термінологією, оскільки понятійний апарат не сформований; не знає особливостей проведення практичних занять та їх необхідності; практичні вміння та навички сформовані на примітивному рівні.</p> <p>менше 25 балів – з обов’язковим повторним вивченням дисципліни. Студент повністю не знає програмного матеріалу, не працював в аудиторії з викладачем або самостійно.</p>
--	--

## 7. Політика навчальної дисципліни

Письмові роботи	<p>Оцінювання письмових робіт студентів регламентується <a href="#">«Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності здобувачів вищої освіти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника»</a> (наказ ректора Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника від 19 травня 2023 р. № 309) – стор. 7.</p> <p>Ознайомитися з положенням можна за посиланням: <a href="https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/">https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</a></p>
Академічна доброчесність	<p>Дотримання академічної доброчесності засновується на низці положень та принципів академічної доброчесності, що регламентують діяльність здобувачів вищої освіти та викладачів університету:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <a href="#">Кодекс честі Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника</a></li> <li>➤ <a href="#">Положення про запобігання академічному плагіату в Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника</a></li> <li>➤ <a href="#">Положення про Комісію з питань етики та академічної доброчесності Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника</a></li> <li>➤ <a href="#">Положення про запобігання академічному плагіату та іншим порушенням академічної доброчесності у навчальній та науково-дослідній роботі здобувачів освіти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника</a></li> <li>➤ <a href="#">Склад комісії з питань етики та академічної доброчесності Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника</a></li> <li>➤ <a href="#">Лист МОН України “До питання уникнення проблем і помилок у практиках забезпечення академічної доброчесності”</a>.</li> </ul> <p>Ознайомитися з цими положеннями та документами можна за посиланням: <a href="https://pnu.edu.ua/polozhennia-pro-zapobihannia-plahiatu/">https://pnu.edu.ua/polozhennia-pro-zapobihannia-plahiatu/</a></p>
Пропуски занять (відпрацювання)	<p>Можливість і порядок відпрацювання пропущених студентом занять регламентується <a href="#">«Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності здобувачів вищої освіти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника»</a> (наказ ректора Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника від 19 травня 2023 р. № 309) – стор. 7.</p> <p>Невідпрацювання занять 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» <a href="#">«Положення про порядок переведення, відрахування та поновлення студентів вищих закладів освіти»</a> – ознайомитися із положеннями можна за посиланням: <a href="https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/">https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</a></p>

Виконання завдання пізніше встановленого терміну	У разі виконання завдання студентом пізніше встановленого терміну, без попереднього узгодження ситуації з викладачем, оцінка за завдання - «незадовільно», відповідно до <a href="#">«Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності здобувачів вищої освіти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника»</a> (наказ ректора Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника від 19 травня 2023 р. № 309) – стор. 7. та до <a href="#">«Положення про порядок повторного вивчення навчальних дисциплін (кредитів ECTS) в умовах ECTS»</a> (наказ ректора Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника від 19 травня 2023 р. № 309) – стор. 7. Ознайомитися із положенням можна за посиланням: <a href="https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/">https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</a>
Неформальна освіта	Можливість зарахування результатів неформальної освіти регламентується <a href="#">«Положення про визнання результатів навчання, здобутих шляхом неформальної освіти, в Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника»</a> (введено в дію наказом ректора Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника від 24 листопада 2022 р. № 672) - <a href="https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/">https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</a>

## 8. Ресурсне забезпечення

Матеріально-технічне забезпечення	Мультимедіа (презентації, відеофайли, рисунки, схеми, та інше), спортивний інвентар та обладнання
<b>Література</b>	
<b>Основна</b>	
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Земська Н.О., Рихлюк С. П. Теорія і методика викладання гімнастики: навчально-методичний посібник. Івано-Франківськ, 2020. 123 с.</li> <li>2. Огністий А.В., Власюк Р.А. Основні засоби гімнастики. Навчально-методичний посібник. Тернопіль: «ТАЙП», 2015. 241 с.</li> <li>3. Ареф'єв В.Г. Основи теорії та методики фізичного виховання. Кам'янець-Подільський: ПП Буйницький О.А., 2011. 368 с.</li> <li>4. Айунц В.І., Мельничук Д.Р. А98 Основи методики викладання гімнастики: Навч. посібник. Житомир: Видавництво Житомирського державного університету імені Івана Франка, 2010. 76 с. URL: <a href="http://eprints.zu.edu.ua/5914/2/.pdf">http://eprints.zu.edu.ua/5914/2/.pdf</a></li> <li>5. Беляк Ю.І., Рихлюк С.П. Основна гімнастика (навчально-методичний посібник для студентів факультету фізичного виховання і спорту). Івано-Франківськ: «Гостинець», 2003. 75с.</li> <li>6. Гімнастика. Навчальний посібник для студентів коледжу ФВ. Частина 1,2. / Під загальною редакцією Б.М. Грабчука. Івано-Франківськ, 2002. 143с.</li> <li>7. Бермудес Д.В. Музична ритміка і хореографія. Практикум: Навчальний посібник для студентів галузі знань 0102 «Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини» факультетів фізичного виховання педагогічних університетів. Суми: СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2009. 236 с. URL: <a href="https://hovufks.org.ua/wp-content/uploads/2024/03/Музична-ритміка-i-хореографія.Практикум_Бермудес_2009.pdf">https://hovufks.org.ua/wp-content/uploads/2024/03/Музична-ритміка-i-хореографія.Практикум_Бермудес_2009.pdf</a></li> <li>8. Нестерова О.Я. Додаткова загальноосвітня програма в галузі фізичної культури і спорту по черлідінгу. Четково, 2016. URL: <a href="http://dusport.ru/wp-content/uploads/2016/021.pdf">http://dusport.ru/wp-content/uploads/2016/021.pdf</a></li> <li>9. Бала Т.М., Масляк І.П. Черліденг у фізичному вихованні школярів. Харків. 2014. 144 с.</li> <li>10. Муравйов В.А., Созінова Н.А. Техніка безпеки на заняттях із черліденгу. 2001. 96 с.</li> <li>11. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання. Київ: Олімпійська література, 2017. Т.2. 368 с.</li> <li>12. Худолій О.М. Основи методики викладання гімнастики: Навчальний посібник. В 2-х частинах –</li> </ol>	

вид.3-є. – Харків, 2004. Частина 1. 414с.

13. Худолій О.М. Основи методики викладання гімнастики: навч. посібник. у 2-х томах. 4-е вид., випр. і доп. Харків: «ОВС», 2008. Т. 1. 408с.

#### **Додаткова**

1. Кононова Н.О. Практикум з гімнастики: базові вправи та методика їх навчання. Дніпро: Наука і освіта, 2021.
2. Методичні рекомендації та завдання до практичних занять із навчальної дисципліни «Фізичне виховання» (правила змагань з черліденгу) (для всіх освітніх програм Університету) / Харків. нац. ун-т міськ. госп-ва ім. О.М. Бекетова; уклад. Н. В. Борисенко. Харків: ХНУМГ ім. О.М. Бекетова, 2020. 37 с.
3. Колесникова О.А. Фізична підготовка у гімнастиці. Одеса: Південний полюс, 2019.
4. Лисиця В.М. Основи біомеханіки рухів в спорті. – Львів: Світ, 2019.
5. Чернишенко Т.М., Хуртенко О.В. Ритмічна гімнастика в школі. Посібник. Для студентів денної та заочної форми навчання педагогічних університетів. Вінниця, 2004. 46 с.
6. Чернишенко Т.М. Словник визначень основних музичних і танцювальних термінів та понять з курсу «ритміка і хореографія Музично-ритмічне виховання» для студентів денної та заочної форм навчання факультетів фізичного виховання педагогічних університетів. Вінниця, 2015. 65 с.
7. Земська Надія, Маланій Юрій. Програмування оздоровчих занять з гімнастики для дітей молодшого шкільного віку. *Еврика XXII: збірних студентських наукових праць*. Івано-Франківськ: Прикарпат. нац. у-т. ім. В. Стефаника, 2021, С.271-273.
8. Земська Надія. Вплив занять фітнесом на фізичний стан студенток. *Інноваційні підходи до фізичного виховання і спорту учнівської та студентської молоді: матеріали Всеукраїнської наукової конференції*. Тернопіль: В-во СМТ «ТАЙП», 2021. С. 82-86.
9. Карпов І. Б., Корчинський В. Л. Фізична культура. Київ, 2006. 125 с.
10. Грабовецький Б.Є. Методи експертних оцінок: теорія, методологія, напрямки використання : монографія. Вінниця: ВНТУ, 2010. 171 с.

#### **Інформаційні ресурси**

1. Міжнародна федерація гімнастики (FIG) <https://www.gymnastics.sport>.  
На сайті доступні правила змагань, методичні посібники та навчальні матеріали.
2. Федерація спортивної гімнастики України <https://gymnastics.com.ua>.  
Інформація про національні стандарти, турніри та тренерські програми.
3. Олімпійський комітет України <https://noc-ukr.org>.  
Дані про розвиток гімнастики в Україні та міжнародні програми підтримки спорту.
4. Міністерство освіти і науки України (МОН) <https://mon.gov.ua>.  
Освітні стандарти, навчальні програми з фізичної культури, включаючи дисципліни з гімнастики.

Викладачі:

Надія ЗЕМСЬКА  
Андрій СИНИЦЯ