



Донбаська державна машинобудівна академія

Силабус навчальної дисципліни

**«Практикум зі спортивної гімнастики»**

на 2023/ 2024 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 2 курс навчання -семестр 3.
Статус дисципліни	вибіркова
Обсяг дисципліни	годин (5 кредитів ЕКТС)
Мова викладання	Українська
Оригінальність навчальної дисципліни	Авторський курс
Факультет	Інтегрованих технологій і обладнання
Кафедра	Фізичного виховання 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.dgma.donetsk.ua/course/view.php?id=909">MoodleDDMA</a> ) - <a href="http://moodle.dgma.donetsk.ua/course/view.php?id=909">http://moodle.dgma.donetsk.ua/course/view.php?id=909</a>

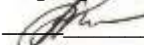
Кількість годин	Лекції	Практичні заняття	Лабораторні заняття	Самостійна робота	Вид підсумкового контролю
150		60	-	90	Залік

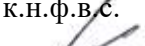
<b>Що буде вивчатися (предмет навчання)</b>	Предмет вивчення навчальної дисципліни закономірності удосконалення фізичного розвитку людини за допомогою методів і засобів гімнастики.
<b>Чому це цікаво/потрібно вивчати (мета)</b>	Курс спрямований на формування у студентів базових професійно-педагогічних знань, вмінь та навичок, які забезпечують теоретичну й практичну підготовку тренера викладача з фізичної культури, викладача-організатора масових форм фізичної культури, необхідних для організації та проведення ефективної фізкультурно-оздоровчої і навчальної роботи засобами гімнастики у загальноосвітніх і спортивних школах, вищих навчальних закладах і т.д.
<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; -здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань; -застосовувати у професійній діяльності знання анатомічних, фізіологічних, біохімічних, біомеханічних та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою і спортом; -застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.
<b>Як можна користуватися набутими знаннями і вміннями (компетентності)</b>	<i>Загальні компетентності (ЗК) :</i> -здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями; -здатність планувати та управляти часом; -навички міжособистісної взаємодії; -здатність бути критичним і самокритичним; -здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. <i>Фахові компетентності спеціальності (ФКС) :</i> -здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості; -здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини; -здатність проводити біомеханічний аналіз рухових дій людини; -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> Практичне заняття №1-3 Стройові прийоми. Практичне заняття №4-7 Стройові прийоми. Практичне заняття №8-10 Стійки та основні положення рук. Практичне заняття №11-15 Тема : Вільні вправи Практичне заняття №16-20 Різновисокі бруса (жінки) Бруса (чоловіки). Практичне заняття №. 21-25 Колода (жінки) Кінь махи (чоловіки)

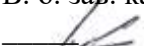
	<p>Практичне заняття №20-23 Опорний стрибок Практичне заняття №26-30 Удосконалення техніки виконання комплексу вправ Перекладина, Кільця (чоловіки), Різновисокі бруса (жінки)</p> <p><b>Завдання дисципліни:</b> формування та закріплення у студентів базових професійно-педагогічних знань, вмінь та навичок, 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: практичні</b></p> <p><b>Методи навчання:</b> При вивченні навчальної дисципліни «Практикум зі спортивної гімнастики» використовуються наступні методи навчання: Словесні: лекції, доповіді, повідомлення, дискусії, бесіди, дидактичне тестування; Наочні: демонстрація з залученням мультимедійних проєкторів, презентації, відеоматеріалів. Практичні: виконання графічних робіт, проведення експерименту; Репродуктивний – в основу якого покладено виконання різного роду завдань за зразком.</p>
<b>Пререквізити</b>	Вивчення курсу Практикум зі спортивної гімнастики пов'язано та базується на знаннях дисциплін: Теорія і методика викладання гімнастики, Теорія і методика фізичного виховання.
<b>Постреквізити</b>	Знання отримані під час вивчення курсу «Практикум зі спортивної гімнастики» будуть використовуватись під час засвоєння наступних навчальних дисциплін: Теорія і методика викладання обраного виду спорту, Загальна теорія підготовка спортсменів, Курсова робота, Виробнича (тренерська) практика, Виробнича практика за профілем майбутньої роботи, Теорія і методика дитячо-юнацького спорту, Рухливі ігри і забави.
<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 проєктами 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. Залік 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


	<p>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.</p> <p><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.</p>
<p><b>Академічна доброчесність</b></p>	<p>Академічна доброчесність включає в себе сукупність духовних цінностей, таких як чесність, справедливість, довіра, повага і відповідальність, яких повинні дотримуватися усі учасники освітнього процесу.</p> <p>Дотримання академічної доброчесності здобувачами передбачає:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- самостійне виконання навчальних завдань: поточного та підсумкового контролю результатів навчання;</li> <li>- посилення на джерела інформації у разі використання ідей, розробок, тверджень, відомостей;</li> <li>- дотримання норм законодавства про авторське право і суміжні права;</li> <li>- надання достовірної інформації про результати власної навчальної (наукової, творчої) діяльності, використані методики досліджень і джерела інформації.</li> </ul> <p>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.</p>
<p><b>Інформаційне забезпечення</b></p>	<p><b>Основна література:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Бубела, О.Ю. Навчально-методичний посібник з курсу загальної гімнастики / О.Ю. Бубела, Р.Л. Петрина., А.І. Сениця. – Львів, 2001. – 100 с.</li> <li>2. Бузюн, О.І. Гімнастика : ЗРВ з предметами / О.І.Бузюн, Ю.Й. Волинець. – Луцьк, 2002. – 189 с.</li> <li>3. Бузюн, О.І. Гімнастична термінологія : навчальний посібник / О.І.Бузин. – Луцьк : Надстир'я, 1995. – 84 с.</li> <li>4. Герасименко, С.Ю. Термінологія загально розвивальних 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.</li> <li>5. Ковальчук, Н.М. До проблеми використання існуючих 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.</li> <li>6. Линець, М.М. Основи методики розвитку рухових якостей : навчальний посібник для фізкультурних вузів / М.М. Линець. – Л. : Штабор, 1997. – 204 с.</li> <li>7. Петрина, Р.Л. Основна гімнастика / Р.Л. Петрина, О.Ю. Бубела. –</li> </ol>

	<p>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> <p><b>Інформаційні ресурси інтернет:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ <a href="http://moodle.dgma.donetsk.ua/course/view.php?id=1417">http://moodle.dgma.donetsk.ua/course/view.php?id=1417</a></li> </ul>
--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Розробник:  
старший викладач  
кафедри ФВіС  
 / А. Ю. Приймак/  
«    » \_\_\_\_\_ 2023 р.

Гарант освітньої програми:  
Доцент кафедри ФВіС,  
к.н.ф.в.с.  
 / С. О. Черненко/  
«    » \_\_\_\_\_ 2023 р.

Розглянуто і схвалено  
на засіданні кафедри ФВіС  
Протокол № 17 від 02.05.2023 р.  
В. о. зав. кафедри ФВіС  
 / С. О. Черненко/  
«    » \_\_\_\_\_ 2023 р.

Затверджую:  
Декан факультету інтегрованих  
технологій і обладнання  
 / О. Г. Гринь /  
«    » \_\_\_\_\_ 2023 р.

