



**Рівненський державний гуманітарний  
університет  
педагогічний факультет (інститут)  
Кафедра теорії і практики фізичної культури і  
спорту**

**АНОТАЦІЯ**

|                                                                               |                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Назва дисципліни / освітнього компонента</b>                               | Спортивна гімнастика                                                                                                                        |
| <b>Освітня програма</b>                                                       | «Фізична культура і спорт», першого (бакалаврського) рівня вищої освіти за спеціальністю А7 Фізична культура і спорт, галузі знань А Освіта |
| <b>Компонент освітньої програми</b>                                           | Вибірковий                                                                                                                                  |
| <b>Загальна кількість кредитів та кількість годин для вивчення дисципліни</b> | 3 кредити / 90 годин                                                                                                                        |
| <b>Вид підсумкового контролю з</b>                                            | Екзамен                                                                                                                                     |
| <b>Мова викладання</b>                                                        | Українська                                                                                                                                  |
| <b>Викладач</b>                                                               | старший викладач Бутенко Тетяна Валеріївна                                                                                                  |
| <b>CV викладача на сайті кафедри</b>                                          | <a href="mailto:butenkotanya81@gmail.com">butenkotanya81@gmail.com</a>                                                                      |
| <b>E-mail викладача</b>                                                       | <a href="mailto:butenkotanya81@gmail.com">butenkotanya81@gmail.com</a>                                                                      |

Метою викладання навчальної дисципліни є формування базових професійно-педагогічних знань, умінь та навичок що забезпечують теоретичну і практичну підготовку викладача фізичного виховання, викладача-організатора масових форм фізичної культури.

Основними завданнями вивчення дисципліни:

- оволодіння знаннями, уміннями та навичками, які необхідні для самостійної педагогічної діяльності;
- оволодіння основними засобами гімнастики та їх термінологічними назвами;
- оволодіти базовими елементами основних вправ гімнастичного багатоборства;
- оволодіти методикою проведення стройових та вправ для загального розвитку;
- засвоїти знання теоретичного та практичного матеріалу курсу основної та спортивної гімнастики.

Очікувані результати навчання відображені в системі програмних компетентностей, які включають загальні (ЗК) та фахові (ФК).

**Інтегральна компетентність.**

Здатність розв'язувати спеціалізовані задачі та практичні проблеми в галузі освіти, що передбачає застосування теорій та методів психолого-педагогічних наук, фізичного

виховання і спорту, фізіології, біомеханіки, морфології і характеризується комплексністю та невизначеністю педагогічних умов та вимог організації освітнього процесу в закладах вищої та загальної середньої освіти.

### **Загальні компетентності (ЗК)**

1. Здатність працювати в команді та автономно.
2. Здатність застосовувати набуті знання в практичних ситуаціях.
3. Здатність до самовдосконалення та саморозвитку.
4. Здатність освоювати та вдосконалювати рухові уміння і навички з різних видів рухової активності та підтримувати загальний рівень фізичної активності і здоров'я.

### **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.
2. Здатність аналізувати особливості сприйняття та засвоєння учнями навчальної інформації з метою прогнозу ефективності та корекції навчально-виховного процесу з фізичного виховання.
3. 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
4. Здатність здійснювати профілактику травматизму, забезпечувати охорону життя і здоров'я дітей
5. 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.
6. Здатність самостійно проводити заняття з в секціях спортивного напрямку, здійснювати профілактику травматизму
7. Здатність виховувати в учнів соціально-особистісні якості: цілеспрямованість, організованість, працьовитість, відповідальність, громадянськість, комунікативність.
8. Здатність оцінювати фізичні здібності і функціональний стан учнів, адекватно вибирати засоби і методи рухової діяльності для корекції стану учнів з урахуванням їх індивідуальних особливостей.

### **Зміст навчальної дисципліни**

#### **Змістовий модуль 1. Методика спортивної гімнастики.**

**Тема 1.** Методика викладання спортивної гімнастики.

**Тема 2.** Методика навчання гімнастичним вправам.

**Тема 3.** Урочні форми заняття гімнастикою.

**Тема 4.** Календарне планування навчального матеріалу з гімнастики.

**Тема 5.** Методика викладання стройових вправ.

**Тема 6.** Методика вивчення перешикувань в русі .

**Тема 7.** Проведення комплексів загальнорозвиваючих вправ. Методичні вимоги до їх проведення.

**Тема 8.** Методика навчання елементів акробатичної комбінації.

**Тема 9.** Методика навчання вправ на гімнастичних брусах та паралельних брусах

**Тема 10.** Методика навчання вправ на перекладині.

**Тема 11.** Методика вивчення комбінації вправ на колоді та коні –махи.

**Тема 12.** Методика вивчення опорного стрибка способом «зігнувши ноги» та «ноги нарізно».

**Тема 13.** План-конспект заняття з гімнастики та проведення його частини.

**Тема 14.** Рухливі ігри та естафети на заняттях з гімнастики.