

**Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького природничо -  
географічний факультет  
кафедра теорії та методики фізичного виховання і спорту**

<b>Назва курсу</b>	Музично-ритмічне виховання(денна і заочна форма навчання)
Нормативний/Вибірковий	Вибірковий
<b>Ступінь освіти</b> <b>Бакалавр / магістр / доктор</b> <b>Освітня програма</b>	Перший (бакалаврський) Середня освіта. "Фізична культура"
<b>Рік навчання / Семестр / Курс</b> <b>(рік навчання)</b>	2024-2025 н.р. / Непарний семестр
<b>Викладачі</b>	Котова Олена Володимирівна
<b>Профайл викладачів</b>	<a href="http://geo.mdpu.org.ua/prirodnicho-geografichnij-fakultet/kafedra-teoriyi-i-metodiki-fizichnogo-v/sklad-kafedri-teoriyi-i-metodiki-fizichnogo-vihovannya-ta-sportivnih-distsiplin/kotova-olena-volodumirivna/">http://geo.mdpu.org.ua/prirodnicho-geografichnij-fakultet/kafedra-teoriyi-i-metodiki-fizichnogo-v/sklad-kafedri-teoriyi-i-metodiki-fizichnogo-vihovannya-ta-sportivnih-distsiplin/kotova-olena-volodumirivna/</a>
<b>Контактний тел.</b>	+380679346222
<b>E-mail:</b>	<a href="mailto:Kotova171265@gmail.com">Kotova171265@gmail.com</a>
<b>Сторінка курсу в ЦОДТ</b> <b>МДПУ ім. Б.Хмельницького</b>	<a href="http://www.dfn.mdpu.org.ua/course/view.php?id=1706">http://www.dfn.mdpu.org.ua/course/view.php?id=1706</a>

<b>Консультації</b>	<p><i>Очні консультації:</i></p> <p>Що вівторка згідно графіку роботи кафедри теорії та методики фізичного виховання і спорту– обговорення питань для самопідготовки та презентацій.</p> <p><i>Онлайн-консультації:</i></p> <p>через систему ЦОДТ МДПУ ім. Б. Хмельницького.</p>
---------------------	--

## **АНОТАЦІЯ ДО КУРСУ**

Виконуючи соціальне замовлення суспільства на підготовку кваліфікованих фахівців рівня «бакалавр» у галузі фізичної культури, вчитель повинен відповідати певним професійно-педагогічним і особистісним вимогам. На формування таких професійних рис впливає вибіркова дисципліна професійної підготовки здобувачів вищої освіти згідно з навчальним планом спеціальності 014.11. Середня освіта (Фізична культура) «Музично-ритмічне виховання». Освітній компонент спрямований на формування визначених освітньо-професійною програмою загальних та фахових компетентностей, зокрема здатності до застосування у професійній діяльності на засадах у сфері фізичної культури і спорту, а також на досягнення передбачених результатів навчання. Музично-ритмічне виховання - освітній компонент, який включає лекційні, практичні, індивідуальні, самостійні заняття. Ґрунтується на теорії фізичного виховання та розглядаються питання, щодо теорії, історії і змісту музично-ритмічного виховання, а також його місця і значення в системі фізичного виховання.

### **Основні теми:**

**Тема 1.** Загальні питання теорії та методики музично-ритмічного виховання.

**Тема 2 .** Місце та значення музично-ритмічного виховання в системі фізичного виховання .

**Тема 3.** Базові рухи. Методи створення танцювальних комбінацій.

**Тема 4.** Загальні питання історії та розвитку оздоровчої аеробіки. Основні базові рухи. Термінологія.

**Тема 5.** Специфічні методи навчання руховим діям: метод музичної інтерпретації, метод подібності, метод тимчасового спрощення, метод блоків.

## 1. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ КУРСУ

Метою курсу «Музично-ритмічне виховання» є формування комплексного підходу до ступневої вищої освіти та використання здобувачами вищої освіти знань з методики викладання аеробіки і сучасних видів оздоровчого напрямку на практиці. Загальні завдання дисципліни «Музично-ритмічне виховання» забезпечити теоретичну і практичну підготовку студентів до професійної діяльності вчителя фізичної культури, ознайомити студентів з основами музичної грамоти; навчити використовувати технічні засоби забезпечення занять, ознайомити зі структурою проведення занять фізичної культури ознайомити з іншими формами занять фізичною культурою із використанням засобів оздоровчого напрямку різних видів аеробіки; навчити добирати музичні твори з урахуванням вікових особливостей, статі, фізичної підготовки учнів. навчити добирати та використовувати методичні прийоми на узгодження рухів з музикою; ознайомити із сучасними видами аеробіки; ознайомити з музичними іграми з метою виховання координації, ритмічності руху та музикального слуху.

Конкретні *завдання* до вивчення курсу музично-ритмічне виховання:

- ознайомити з основами музичної грамоти;
- навчити використовувати технічні засоби;
- ознайомити зі структурою основної форми проведення занять фізичної культури у школі - уроку, а також з іншими формами занять фізичною культурою із використанням засобів музичної ритміки та хореографії;
- навчити добирати музичні твори з урахуванням вікових особливостей, статі, фізичної підготовки учнів;

## 2. ФОРМАТ КУРСУ

Очний (offline) у вигляді лекційних, практичних занять та самостійної роботи.

Змішаний (blended) через систему Центру освітніх дистанційних технологій МДПУ імені Богдана Хмельницького.

## 3. РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ

«Музично-ритмічне виховання» вибірковий компонент практичного напрямку викладання який здійснюється згідно з проектом стандарту освіти, галузі знань 014.11Середня освіта (Фізична культура).

## **Перелік компетентностей, які набуваються під час опанування освітнього компоненту**

### **Загальні компетентності (ЗК)**

**ЗК2.** Знання й розуміння предметної області та професійної діяльності.

**ЗК9.** Здатність зберігати особисте фізичне та психічне здоров'я, вести здоровий спосіб життя, керувати власними емоційними станами; конструктивно та безпечно взаємодіяти з учасниками освітнього процесу, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку.

### **Фахові компетентності спеціальності (ФК)/ Спеціальні (предметні) компетентності (ПК)**

**ФК3.** Здатність здійснювати цілепокладання, планування та проектування процесів навчання і виховання учнів з урахуванням їх вікових та індивідуальних особливостей, освітніх потреб і можливостей; добирати та застосовувати ефективні методики й технології навчання, виховання і розвитку учнів.

**ФК5.** Здатність здійснювати об'єктивний контроль і оцінювання рівня навчальних досягнень учнів на засадах компетентнісного підходу, аналізувати результати їхнього навчання.

**ПК7.** Здатність самостійно проводити навчальні заняття з фізичної культури з дітьми дошкільного, шкільного віку та учнями в загальноосвітніх установах, освітніх закладах середньої та професійної освіти, проводити позакласну спортивно-масову, організаційну та навчально-методичну роботу у сфері фізкультурно-оздоровчої роботи у навчальних закладах, закладах фітнесу, рекреації та фізичної реабілітації.

### **Результати навчання (РН)**

**РН4.** Здійснює добір і застосовує сучасні освітні технології та методики для формування предметних компетентностей учнів; критично оцінює результати їх навчання та ефективність уроку.

**ПРН3.** Знає закони і принципи розучування рухових умінь і навичок, володіє теорією і методикою розвитку рухових умінь і навичок в базових видах рухової активності. Знає правила профілактики травматизму та надання першої медичної допомоги; володіє основними методами захисту персоналу та населення від можливих наслідків аварій, катастроф, стихійних лих.

**РН 21.** Уміє самостійно проводити навчальні заняття з фізичної культури з дітьми дошкільного віку та учнями в закладах дошкільної, середньої та професійної освіти,здійснювати позакласну фізкультурно-оздоровчу і спортивно-масову роботу (зокрема зі спортивного туризму й орієнтування).

Програма курсу розрахована на 120 навчальних години, з яких 30 лекцій, 14 практичних занять і 76 години, що відводяться на самостійну роботу здобувачів. Обсяг курсу –4 кредити ЄКТС.

Термін викладання – 8 семестр.

### 3. ОЗНАКИ КУРСУ

<b>Вид заняття</b>	<b>Лекції</b>	<b>практичні заняття</b>	<b>самостійна робота</b>
Загальна кількість годин/кредитів 120/4	30	14	76

<b>Рік викладання (навчальний рік)</b>	<b>Семестр</b>	<b>спеціальність</b>	<b>Курс, (рік навчання)</b>	<b>Нормативний\вибірковий</b>
2023 – 2024	8	Фізична культура	3,4	В

### 4. ТЕХНІЧНЕ Й ПРОГРАМНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ/ОБЛАДНАННЯ

Технічне обладнання, підручники, посібники, методичні рекомендації до практичних занять .

Забезпечення доступу здобувачів вищої освіти до Інтернет-ресурсів.

### ПОЛІТИКИ КУРСУ

Політика академічної поведінки та етики:

- відвідування лекційних занять і опрацювання їх матеріалів;
- виконання завдань практичних занять і питань самостійної роботи; виконання модульних завдань,
- тестова перевірка знань; самоконтроль і самооцінювання;
- складання та показ комплексів вправ з аеробіки, виконання вправ.

**СХЕМА КУРСУ(ЗАГАЛЬНА)**

години	Тема, план	Форма діяльності (заняття) Формат	Матеріали	Література	Завдання	Термін виконання
Л-12.пр-42	<p><b>БЛОК I.</b> Загальні питання теорії та методики музично-ритмічного виховання.</p> <p><b>Тема 1.</b> Загальні питання історії та розвитку музичної ритміки .</p> <p>Методи та прийоми навчання хореографічним вправам.</p> <p><b>Тема 2.</b> Місце та значення музично-ритмічного виховання в</p>	<p>Лекція (6 год.)</p> <p>Лекція (6 год.)</p> <p>Лекція (6 год.)</p> <p>Практичне заняття (6 год.)</p> <p>Самостійна робота (16 год.)</p>	<p>Презентація</p> <p>Презентація</p>	<p>1,3,4,5,6,7, 8, 10,11,14</p>	<p>Визначення поняття ритм, відчуття ритму. Взаємозв'язок ритму, рухів з ритмом музики. Мета, завдання та засоби музичної ритміки.</p> <p>Реалізація дидактичних принципів в оволодінні музично-ритмічним рухам. Етапи оволодіння музичними рухами. Методи та методичні</p>	<p>перший періодичний контроль</p>



Л-12.пр-42	<p>системі фізичного виховання .</p> <p><b>Тема 3.</b> Класифікація та характеристика видів оздоровчої аеробіки Методика проведення занять з оздоровчої аеробіки</p> <p><b>Тема 4.</b> Специфічні методи навчання. Методика складання навчальних комплексів з оздоровчої аеробіки. Структурні компоненти хореографії в аеробіки</p>	<p>Лекція (6 год.)</p> <p>Практичне заняття (6 год.)</p> <p>Самостійна робота (16 год.)</p> <p>Лекція (8 год.)</p> <p>Лекція (6 год.)</p> <p>Практичне заняття (4 год.)</p> <p>Лекція (4 год.)</p>	Презентація	1,3,4,5,6,7, 8.	<p>прийоми в навчанні руховим діям.</p> <p>Надайте характеристику організаційно-методичним напрямкам фізичного виховання.</p> <p>Охарактеризувати поняття спортивна аеробіка, оздоровча аеробіка.</p> <p>Назвіть три фази структури заняття з аеробіки. На що спрямований третій етап навчання?</p> <p>Які завдання вирішуються на занятті з оздоровчої аеробіки?</p> <p>Надати характеристику</p>	
------------	---	--	-------------	-----------------	--	--

	<p><b>БЛОК 2.</b> Базові рухи. Методи створення танцювальних комбінацій.</p> <p><b>Тема 5.</b> Музичний супровід на заняттях з оздоровчої аеробіки.</p> <p>специфічні методи навчання руховим діям та їх методичні особливості : метод музичної інтерпретації, метод подібності, метод тимчасового спрощення, метод блоків.</p>	<p>Самостійна робота (16 год.)</p>		<p>10,11,14.</p> <p>1,3,4,5,6,7.</p>	<p>структурним компонентам хореографії.</p> <p>Які рухові елементи входять в аеробну частину заняття?</p> <p>Назвіть основні базові рухи.</p> <p>Надайте класифікацію типам аеробіки. Назвіть особливості фітбол аеробіки В чому полягає сутність йога-аеробіки?</p> <p>Охарактеризуйте метод музичної інтерпретації.</p> <p>Як можна використовувати метод ускладнень на заняттях з аеробіки? Що ви розумієте під методом подібності?</p> <p>Наведіть приклад використання методу блоків.</p>	
--	---	------------------------------------	--	--------------------------------------	--	--

## 7. СТРУКТУРА ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

### СТРУКТУРА ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА (ЛЕКЦІЙНИЙ БЛОК)

Кількість годин	Тема	Форма діяльності (заняття, кількість годин)	Література	Завдання	Вага оцінки	Термін виконання
<b>Блок І. Загальні питання теорії та методики Музично-ритмічного виховання.</b>						
лекцій-12, практич.-42, сам.-96.	Тема 1. Загальні питання історії та розвитку музичної ритміки	Лекція (6 год.) Практичне заняття (2 год.) Самостійна робота (10 год.)	О: 1, 2, 3, 4. Д: 3, 10, 15.	1. Визначити зміст завдання та функції освітнього компонента «Музично-ритмічне виховання». 2. Місце та значення музично-ритмічного виховання в системі фізичного виховання, вимоги.	від 2 до 5 балів	перший періодичний контроль
лекцій-12, практич.-42, сам.-96.	Тема 2. Місце та значення музично-ритмічного виховання в системі фізичного виховання.	Лекція (6 год.) Практичне (заняття) (6 год.) Самостійна робота (10 год.)	О: 1, 3, 4, 7. Д: 3, 9, 10, 11, 23.	1. Значення музично-ритмічного виховання в системі фізичного виховання. 2. Визначити структуру занять з музичної ритміки. 3. Темп, ритм музичні відтінки рухів.	від 2 до 5 балів	впродовж навчального семестру (перший періодичний контроль)

лекцій-12,практ.-42, сам.-96.	Тема3. Методи та прийоми навчання хореографічним вправам.	Лекція (6год). Практичне заняття (6 год). Самостійна робота (14 год.).	О: 1, 2, 3, 5. Д: 3, 15.	1. Методичні прийоми навчання хореографічним вправам. 2. Методи навчання хореографічним вправам.	від 2 до 5 балів	впродовж навчального семестру (перший періодичний контроль)
-------------------------------	---	--	-----------------------------	---	------------------	---

**Блок II. Методи створення танцювальних комбінацій. Навчання руховим діям.**

лекцій-12,практ.-42, сам.-96.	Тема 4. Специфічні методи навчання. Структурні компоненти хореографії в аеробіки.	Лекція (6год). Практичне заняття (2 год). Самостійна робота (4 год.).	О: 3, 4, 5, 6. Д: 2, 3, 5, 8, 9, 12, 13.	1.Знати специфічні методи навчання. 2. Проаналізувати засоби навчання. Методика навчання базовим крокам .	від 2 до 5 балів	впродовж навчального семестру (другий періодичний контроль)
лекцій-12,практ.-42, сам.-96.	Тема 5. Методика складання навчальних	Лекція (8год). Практичне заняття (4год). Самостійна	О: 3, 4, 5, 6. Д: 1, 2, 7, 9,	1.Надати характеристику уроку з оздоровчих видів аеробіки. Структура уроку. 2. Методика складання комплексів з оздоровчої	від 2 до 5 балів поточного	другий періодичний контроль

	<p>комплексів з оздоровчої аеробіки.</p> <p>Тема 6. Основи хореографії.</p> <p>Музичний супровід на заняттях з оздоровчої аеробіки.</p>	<p>робота (10год.).</p> <p>Лекція (4год.).</p> <p>Практичне заняття (4год.). Самостійна робота (10год.)</p>	<p>11, 14.</p>	<p>аеробіки.</p> <p>3. Проаналізувати базові рухи та виконати їх.</p> <p>1. Методи та прийоми навчання хореографічним вправам.</p> <p>2. Специфіка проведення занять з елементами хореографії: степ-аеробіка, фітбол-аеробіка.</p>	<p>контролю</p> <p>від 2 до 5 балів</p>	<p>Поточний контроль.</p>
--	---	---	----------------	--	---	---------------------------

### СТРУКТУРА ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА (ПРАКТИЧНІ ЗАНЯТТЯ)

Тема практичного заняття	Зміст практичного заняття
<p>Тема 1. Загальні питання історії та розвитку музичної ритміки . (4год.)</p>	<p>1. Визначити зміст завдання та функції освітнього компоненту «Музично-ритмічне виховання».</p> <p>2.Знати історію розвитку музичної ритміки і хореографії.</p>

<p>Тема 2. Характеристика основних засобів музичної ритміки. Культура руху.</p> <p>(4год.)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Визначити структуру занять освітнього компоненту музично-ритмічне виховання.</li> <li>2. Надати характеристику поняттям Темп, ритм , музичні відтінки рухів.</li> <li>2. Надати характеристику організаційно-методичним напрямкам фізичного виховання.</li> </ol>
<p>Тема 3. Основи хореографії. Створення танцювальних комбінацій. (4год.)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Характеристика основ хореографічних знань.</li> <li>2. Методи та прийоми навчання хореографічним вправам</li> <li>3. Характеристика особливостей методики навчання танцювальним базовим крокам.</li> </ol>
<p>Тема 4. Специфічні методи навчання. Методика складання навчальних комплексів з оздоровчої аеробіки. (4год.)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Характеристика специфічних методів навчання.</li> <li>2. Методика складання навчальних комплексів з оздоровчої аеробіки.</li> <li>3. Охарактеризуйте основні поняття аеробіки та її видів. Скласти доповідь з історії виникнення аеробіки.</li> </ol>
<p>Тема 5. Структурні компоненти хореографії в аеробіки. (4год.)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Тривалість уроку та його структурні компоненти з елементами хореографії.</li> <li>2. Позиції рук і ног в хореографії.</li> <li>3. Структура складання танцювальних блоків.</li> </ol>



<p>Послідовність навчання танцювальних кроків. Використання підготовчих та підвідних вправ. (4год).</p> <p>Тема 10. Класифікація та характеристика оздоровчих видів аеробіки. (6год.)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Використання танцювальних елементів.</li> <li>2. Сучасні танцювальні вправи.</li> <li>3. Характеристика танцювальних кроків під музичний супровід.</li> </ol> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Дати визначення поняттям: спортивна аеробіка, оздоровча аеробіка.</li> <li>2. Характеристика основних видів аеробіки: степ-аеробіка, памп-аеробіка, слайд-аеробіка, футбол-аеробіка, танцювальна аеробіка.</li> <li>3. Дати визначення основним напрямкам йога-аеробіки, футбол-аеробіки та танцювальним напрямкам.</li> </ol>
---	---

#### **7.4. СТРУКТУРА ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА (ТЕМИ ДЛЯ САМОСТІЙНОГО ОПРАЦЮВАННЯ)**

<b>Тема для самостійного опрацювання</b>	<b>Зміст теми</b>
<p>Тема1. Загальні питання історії та розвитку музичної ритміки(6год.)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Характеристика основ хореографічних знань.</li> <li>2. Методи та прийоми навчання хореографічним вправам</li> <li>3. Характеристика особливостей методики навчання танцювальним базовим крокам.</li> </ol>



<p>Тема 2. Місце та значення музично-ритмічного виховання в системі фізичного виховання . (6год.)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Дати характеристику засобам музично ритмічного виховання .</li> <li>2. Надати характеристику організаційно-методичним напрямкам фізичного виховання.</li> <li>3. Місце та значення музично-ритмічного виховання в системі фізичного виховання.</li> </ol>
<p>Тема 3. Основи хореографії Засоби народного танцю.(12 год.)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Характеристика основних базових рухів в хореографічних комбінаціях.</li> <li>2. Основи хореографії.( український танок та його особливості виконання.)</li> <li>3. Засоби народного танцю. Послідовність навчання рухів народного.</li> </ol>
<p>Тема 4. Характеристика базових вправ, різних видів ходьби та напрямками базових вправ. (10год.)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Характеристика основних видів базових вправ.</li> <li>2. Танцювальні кроки та комбінації вальсу та українського танцю.</li> <li>3. Сучасні танцювальні вправи.</li> </ol>
<p>Тема 5. Функціональна спрямованість вправ оздоровчої аеробіки та її вплив на стан здоров'я. (8год.)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Спеціальна термінологія та базові елементи техніки виконання вправ під музичний супровід</li> <li>2. Історія розвитку ритміки та пластики.</li> <li>3. Поняття про правильну поставу.</li> </ol>
<p>Тема 6. Загальні питання історії та розвитку оздоровчої аеробіки та її напрямків.(10год.)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Надати характеристику історії розвитку оздоровчих напрямків аеробіки .</li> <li>2. Охарактеризуйте можливі види інструктажів з кардіотренувань.</li> <li>3. У чому суть оздоровчих напрямків аеробіки та яку техніку безпеки треба дотримуватись?</li> </ol>
<p>Тема 7.Спеціальна термінологія та специфічні методи навчання. (10год.)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Характеристика специфічних методів.</li> <li>1. Основна термінологія в навчанні основним базовим рухам.</li> <li>2. Етапи засвоєння танцювальних композицій.</li> </ol>

<p>Тема 8. Структура занять з використанням танцювальних рухів з аеробіки.</p> <p>Етапи навчання музичним рухам. (12год.)</p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Етапи навчання музичним рухам.</li><li>2. Структура занять з аеробіки.</li><li>3. Педагогічний контроль на заняттях.</li></ol>
<p>Тема 9. Методика складання навчальних комплексів з аеробіки. (10год.)</p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Вправи для рук та плечового поясу.</li><li>2. Вправи для формування правильної постави.</li><li>3. Загальні рекомендації до проведення занять</li></ol>
<p>Тема 10. Танцювальні вправи та створення комбінацій. Сучасні танцювальні вправи. (8год.)</p>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Основні базові танцювальні кроки та комбінації.</li><li>2. Сучасні танцювальні вправи.</li><li>3. Основні методичні рекомендації до проведення занять з танцювальної аеробіки.</li></ol>
<p>Тема 11. Вплив музики на функціональні системи та рухову активність. (8год.)</p>	

<p>Тема 12. Стройові положення та порядкові вправи в хореографії. (8год.)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Визначення поняття «функціональна музика»</li> <li>2. Дати визначення поняттям функціональна музика, рух, музична стимуляція.</li> <li>3. Із музичних жанрів найбільш ефективні легка естрадна, поп-музика, електронна музика, марші, танцювальні та народні мелодії. Чи повинна команда до початку кожної вправи збігатися із закінченням музичної фрази?</li> </ol>
<p>Тема 13. Методичні особливості проведення занять фізичною культурою з використанням засобів ритмічної гімнастики( аеробіки).(8год.)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Дати визначення поняттям: стрій, колона, шеренга.</li> <li>2. Надати характеристику стройовим положенням: Попередня частина команди, Виконавча частина команди Розпорядження Особистий приклад</li> <li>3. Основні стройові команди: охарактеризувати їх.</li> </ol>
<p>Тема 14. Танцювальні елементи на уроках фізичної культури. Використання танцювальних елементів на заняттях фізичною культурою. (8год.)</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Методи навчання на заняттях ритмічною гімнастикою з дітьми шкільного віку.</li> <li>2. Методичні принципи навчання на заняттях ритмічною гімнастикою.</li> <li>3. Впровадження засобів ритмічної гімнастики з урахуванням вікових особливостей дітей шкільного віку.</li> <li>4. Засвоєння вправ ритмічної гімнастики. «Методичні особливості проведення занять фізичною культурою з використанням засобів ритмічної гімнастики» підготувати реферативну роботу.</li> </ol>
<p>Тема 15.</p>	

Музичні ігри на узгодження музики і руху.  
Ігри на узгодження музики з мелодією,  
регістром, ритмом, тактом, темпом,  
динамічними відтінками. (8 год.)

1. Дати характеристику танцювальним елементам на уроках фізичної культури.
2. Як використовують танцювальні елементи на заняттях фізичною культурою.
3. Вимоги до організації та методики навчання танцювальних вправ на уроці фізичної культури.
5. Опанування техніки танцювальних елементів з допомогою підготовчих та підвідних рухів.

1. Дати визначення поняттям: музична гра та її особливості.
2. Підготувати та провести музичну гру під супровід.
3. Демонстрація презентацій самостійного вибору.

#### 4. СИСТЕМА ОЦІНЮВАННЯ ТА ВИМОГИ

Методи контролю результатів навчання: поточний контроль здійснюється у формі усних відповідей на практичних заняттях, опитувань, презентацій, тестових завдань, виконання творчих завдань; розв'язування ситуаційних задач. Підсумковий контроль – у формі залік.

Система оцінювання результатів навчальних досягнень здобувачів вищої освіти на ОП Середня освіта. Фізична культура. базується на «Положенні про організацію освітнього процесу в Мелітопольському державному педагогічному університеті імені Богдана Хмельницького» (протокол від 20.09.2019 р. № 3) і «Положенні про бально-накопичувальну систему оцінювання навчальних досягнень» (від 28.11.2017 р., протокол №7), що затверджені Вченою радою МДПУ імені Богдана Хмельницького.

Контроль за видами діяльності здобувачів вищої освіти здійснюється шляхом поточного оцінювання знань (усні відповіді, тестові завдання, перевірка практичних завдань, самостійної роботи), періодичного тестового контролю за матеріалами кожного блоку. За результатами суми балів поточного оцінювання та двох періодичних контрольних робіт (ПКР) виставляється підсумкова оцінка за національною, 100-бальною шкалами і ECTS.

За семестр з курсу проводяться два періодичні контролю (ПКР), результати яких є складовою результатів контрольних точок першої (КТ1) і другої (КТ2). Результати контрольної точки (КТ) є сумою поточного (ПК) і періодичного контролю (ПКР):  $КТ = ПК + ПКР$ . Максимальна кількість балів за контрольну точку (КТ) складає **50 балів**. Максимальна кількість балів за періодичний контроль (ПКР) становить 60 % від максимальної кількості балів за контрольну точку (КТ), тобто **30 балів**. А 40 % балів, тобто решта балів контрольної точки, є бали за поточний контроль, а саме **20 балів**. Результати поточного контролю обчислюються як середньозважена оцінок ( $X_{ср}$ ) за діяльність студента на практичних (семінарських) заняттях, що входять в число певної контрольної точки. Для трансферу середньозваженої оцінки ( $X_{ср}$ ) в бали, що входять до 40 % балів контрольної точки (КТ), треба скористатися формулою:  $ПК = (X_{ср}) * 20 / 5$ . *Наприклад*, якщо за поточний контроль (ПК) видів діяльності студента на всіх заняттях  $X_{ср} = 4.1$  бали, які були до періодичного контролю (ПКР), то їх перерахування на 20 балів здійснюється так:  $ПК = 4.1 * 20 / 5 = 4.1 * 4 = 16.4 // 16$  (балів). За періодичний контроль (ПКР) студентом отримано 30 балів. Тоді за контрольну точку (КТ) буде отримано  $КТ = ПК + ПКР = 16 + 30 = 46$  (балів).

Здобувач вищої освіти має право на підвищення результату тільки одного періодичного контролю (ПКР) протягом двох тижнів після його складання у випадку отримання незадовільної оцінки. Під час проведення заліку навчальні досягнення здобувачів оцінюються за двобальною (національною шкалою) шкалою:

- 60-100 балів - «зараховано» (Ставиться здобувачу вищої освіти, який виявив знання основного навчального матеріалу в обсязі, необхідному для подальшого навчання і майбутньої роботи за фахом, здатний виконувати завдання, передбачені програмою, ознайомлений з основною рекомендованою літературою. При виконанні завдань припускається помилок, але демонструє спроможність їх усувати).

- 1-59 балів - «не зараховано» (Ставиться с здобувачу вищої освіти, який допускає принципові помилки у виконанні передбачених програмою завдань, не може продовжити навчання чи розпочати професійну діяльність без додаткових занять з дисципліни).

За сумою набраних балів двох періодичних контролів (ПКР) студент отримує залік на останньому занятті відповідно до затвердженої 100-бальної шкали академічних досягнень.

## Критерії оцінювання знань і вмінь здобувачів

Методи контролю результатів навчання	Максимальна кількість балів та вимоги до їх накопичення
Усна відповідь на практичному занятті	1-2 бали – за відповідь з принциповими помилками, що свідчать про нерозуміння студентом сутності питання,  3 бали – за відповідь з помітними помилками, вадами засвоєння, але такими, що не перешкоджають подальшому навчанню, 4- за відповідь із незначними помилками, – за повну відповідь, логічно виважену, правильну за змістом
Індивідуальне опитування, доповіді, презентації	1-2 бали – за доповідь, що не розкриває змісту теми і містить суттєві помилки,  3 бали – за доповідь, що частково розкриває зміст теми з помітними помилками, але такими, що не перешкоджають усвідомленню суті питання,  4-5 балів – за достатньо повне розкриття змісту теми.
Компетентнісно - орієнтовані завдання	1-2 бали – за виконання завдань із суттєвими помилками,  3 бали – за виконання завдань з помітними помилками, але такими, що не перешкоджають усвідомленню суті питання 4 бали – за достатньо повне виконання завдань із незначними помилками, 5 балів – за повне виконання завдань без помилок

## 11.Критерії оцінювання знань і вмінь здобувачів

Методи контролю результатів навчання	Максимальна кількість балів та вимоги до їх накопичення
Поточний контроль (відповідь на практичному занятті)	5 балів  5 балів – Обґрунтування актуальності, формулювання мети, завдань по даному питанню, критичний аналіз суті. Виклад фактів, ідей в логічній послідовності, аналіз сучасного стану дослідження проблеми, розгляд тенденцій подальшого розвитку даного питання, Доказовість висновків, обґрунтованість власної позиції, пропозиції щодо розв'язання проблеми, визначення перспектив дослідження. Розв'язання практичного завдання правильне, супроводжується необхідним повним поясненням і обґрунтуванням, може бути допущена арифметична помилка, яка є наслідком неуважності, і не демонструє незнання

	<p>математичних законів. Відмінний рівень знань (умінь) в межах обов'язкового матеріалу з можливими незначними недоліками</p> <p><i>4 бала</i> – впевнено відтворює весь матеріал, але не послідовно, не логічно. Може пов'язати теоретичні та практичні питання дисципліни, вільно відповідає на стандартні запитання, володіє навичками виконання практичних завдань, розв'язання супроводжується неповним поясненням, порушено логічно правильний ланцюг міркувань, але відповідь правильна</p> <p><i>3 бала</i> – засвоїв лише основний матеріал, але погано орієнтується в окремих положеннях, припускається помилок або неточностей у формулюваннях, порушує логіку та послідовність у викладенні програмного матеріалу та має складнощі при виконанні практичних завдань. Завдання розв'язане правильно, але пояснення неповне, пропущені логічні кроки, відсутня чітка відповідь</p> <p><i>2 бала</i> – не володіє знаннями щодо значної частини програмного матеріалу, припускається суттєвих помилок, з великими труднощами виконує практичну роботу, при розв'язанні зроблені помилкові теоретичні пояснення, наслідком яких є частковий розв'язок</p> <p><i>1 бал</i> – відсутня відповідь, розв'язання відсутнє.</p>
<p><b>Поточний контроль (реферат, есе, презентація)</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>В сумі 5 балів</b></p> <p><i>1 бал</i> – Відповідність змісту обраних темі</p> <p><i>1 бал</i> – Логічна структурованість матеріалу, ґрунтовність, повнота і критичність аналізу літератури з теми реферата</p> <p><i>1 бал</i> – Успішність виконання завдання, глибина аналізу зібраного фактичного матеріалу</p> <p><i>1 бал</i> – Літературне, технічне й естетичне оформлення роботи</p> <p><i>1 бал</i> – Публічний захист роботи</p>
<p><b>Поточний контроль (самостійні контрольні роботи)</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>5 балів</b></p> <p>Розподіл балів, як за відповідь на практичному занятті</p>
<p><b>Поточний контроль (підсумкове тестування)</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>5 балів</b></p> <p>0,5 бала за кожен правильну відповідь на кожне з 10 тестових завдань</p>
<p><b>Періодичний контроль (ПМК)</b></p>	<p style="text-align: center;"><b>30 балів</b></p> <p>10 балів за кожне з 2 завдань (одне – теорія, одне – практика з методичним аналізом) та 10 тестових завдань – 10 балів</p>

## Шкала оцінювання: національна та ECTS

Оцінка за шкалою ECTS	Оцінка за бальною шкалою	Оцінка за національною шкалою	
A	90-100	відмінно	Здобувач виявляє всебічні, системні й глибокі знання навчального матеріалу, здатний використовувати набуті знання та вміння для прийняття рішень у нестандартних ситуаціях, висловлює власні думки, самостійно оцінює різноманітні життєві явища й факти. Мова логічно обґрунтована і граматично правильна
B	82-89	добре	Здобувач виявляє вміння самостійно та аргументовано викладати матеріал, аналізувати явища й факти, робити самостійні узагальнення та висновки, правильно виконує навчальні завдання, виправляє допущені помилки, кількість яких незначна. Відповіді досить повні, логічні, з елементами самостійності, але містять деякі неточності
C	74-81		
D	64-73	задовільно	Здобувач виявляє наявність знань лише основного матеріалу, відповідає по суті питання і в загальній формі розбирається у матеріалі, але відповідь не повна, нечітка, містить неточності, дає недостатньо правильні формулювання, порушує послідовність викладу матеріалу, відчуває труднощі, застосовуючи знання при рішенні практичних задач
E	60-63		
FX	0-59	незадовільно з можливістю повторного складання	Здобувач не знає значної частини матеріалу курсу, допускає суттєві помилки при висвітленні основних питань, при формулюванні понять, на додаткові питання відповідає не по суті, не може провести зв'язок між теоретичним матеріалом і сучасною дійсністю, не може правильно вирішити конкретну задачу, зорієнтуватись в конкретній ситуації, робить велику кількість помилок в усній відповіді.





## 5. РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

### Основна

1. Аэробика. Теория и методика проведения занятий: учеб. пособ. для студ. вузов физ. культуры / под ред. Е. Б. Мякинченко, М. П. Шестакова. - М. : СпортАкадемПресс, 2002.- 303 с.
2. Бирючков Б.И. Методические особенности развития двигательных способностей учащихся на уроках гимнастики в школе: учеб.пос. / Бирючков Б.И.- М.: РГАФК, 2002.- 132 с.
3. Васьков Ю.В. Уроки фізкультури в загальноосвітній школі. I - 4 класи (102 уроки для кожного класу) - Х. : Торсінг, 2003.-205 с.
4. Верблюдов І. Б. Гімнастика: від вузівської програми до шкільної : методичний посібник для студентів вищих педагогічних навчальних закладів фізкультурного спрямування / Верблюдов І. Б. - Суми : СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2008. - 52 .
5. Губарева Е.С. Развитие педагогических технологий в оздоровительных видах гимнастики: дис. канд. наук по физ. воспитанию и спорту : 24.00.02 / Губарева Е.С./НУФВСУ.-2011.-211 с.
6. Жабокрицька О.В., Сучасні методи й системи оздоровлення. Навчальний посібник. – Кіровоград: РВВ КДПУ ім. В.Винниченка, 2015.-200 -215 с.
7. Завидська Н. Шляхи оптимізації фізкультурно-спортивної діяльності студентів вищих навчальних закладів / Н. Завидська, І. Ополонець // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я в сучасному суспільстві: зб. наук. праць/ за ред. А. В. Цьось. – Луцьк, 2016. – №2. – С. 50–54.
8. Захарина Е. А. Мотивация к физкультурно-оздоровительным занятиям студентов различных вузов.- Дні науки: Міжнар. наук.- прак. конф. – Запоріжжя : ГУ «ЗІДМУ», 2016. – Т. 3. – С. 157–158.
9. Захожий В. Нормування фізичних навантажень у процесі оздоровчих занять фізичними вправами. - Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: Зб. наук. праць. – У 3-х т. – Луцьк: РВВ "Вежа" Волинського національного університету ім. Лесі Українки, 2018. – Т. 2. – С. 116-120.
10. Иващенко Л. Я. Программирование занятий оздоровительным фитнесом Л.Я.Иващенко, А.Л.Благий, Ю.А.Усачев. – К. : Наук. світ, 2010. – 198 с.
11. Ивлев М. П. Левченкова Т. В. Аэробика: Теория и методика проведения занятий: Учебное пособие для вузов физической культуры (под ред. Мякинченко Е.Б., Шестакова М.П.). - М.: Спортакадемпресс, 2002. - 304 с.

12. Кібальник О. Я. Підвищення рухової активності підлітків з використанням занять фітнесом оздоровчого спрямування / - Суми : СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2016.- 46 с.
13. Кокарев Б. В. Основи побудови та проведення занять з оздоровчої аеробіки: навч.-метод. посібник / Б. В. Кокарев, О. Є. Черненко, О. А. Гордейченко. - Запоріжжя:- ЗНУ, 2018.-67 с.
14. Кирильченко С. М. Дослідження у студентів індивідуальних мотивів і потреб до занять фізичною культурою та спортом. - Теорія та методика фізичного виховання. – 2012. – №12. – С. 35– 41.
15. Круцевич Т. Ю. Теория и методика физического воспитания : учеб. для студентов высш. учеб. заведений физ. воспитания и спорта . -К. : Олимпийская литература, 2015. - Т.1.-422 с.
16. Круцевич Т.Ю. Теория и методика физического воспитания : учеб. для студ. высш. учеб. зав. физ. воспитания и спорта –К. : Олимпийская литература, 2016. Т.2.-390 с.
17. Курмаева Е. В. Фитнес-программы как средство формирования физической культуры личности студентов / Е. В. Курмаева // Физическое воспитание студентов. – 2013. – № 1. – С. 37– 39.
18. Романчук С. В. Место и значение физической подготовки в системе подготовки специалистов.- Физическое воспитание студентов творческих специальностей: сб. науч. тр. / под ред. С. С. Ермакова. – Харьков: ХГАДИ (ХХПИ), 2017. – №6. – С. 123–131.
- 19.Товт В.А. Теорія і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності: навч. посіб. для викладачів і студентів . – Ужгород: «Говерла». 2015. – 88 с.
20. Хоули Э. Т. Оздоровительный фитнес / Э. Т. Хоули, Б. Д. Френкс. – К. : Олимпийская литература, 2018. – С. 337– 368.
21. Шаповалов Б. Б. Фізична підготовка (інструктивно-методичні матеріали до практичних занять) / Б. Б. Шаповалов, І. П. Закорко, О. В. Журавель // – К. : РВВ КЮІ МВС, 2019. – С. 16– 20.

## 10. Інформаційні ресурси

1. <http://www.mon.gov.ua> - Офіційний сайт Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України.
2. <http://www.nau.ua> - Інформаційно-пошукова система <http://portal.rada.gov.ua>

