

УПРАВЛІННЯ ОСВІТИ І НАУКИ  
ВОЛИНСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ ДЕРЖАВНОЇ АДМІНІСТРАЦІЇ  
КОМУНАЛЬНИЙ ЗАКЛАД ВИЩОЇ ОСВІТИ «ЛУЦЬКИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ  
КОЛЕДЖ»  
ВОЛИНСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ РАДИ  
Факультет початкової освіти та фізичної культури  
Кафедра теорії, методики музичної освіти та інструментальної підготовки

ЗАТВЕРДЖУЮ  
Проректор навчальної роботи  
Наталія БОРБИЧ  
« 14 » Вересня 2023 року

РОБОЧА ПРОГРАМА ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

**Практикум з ритміки та основ хореографії**

Освітньо-професійна програма *Середня освіта (Фізична культура)*  
Освітній ступінь *бакалавр*  
галузь знань *01 Освіта / Педагогіка*  
спеціальність *014 Середня освіта*  
Предметна спеціальність 014.11. Середня освіта (Фізична культура)

Робоча програма ОК «**Практикум з ритміки та основ хореографії**» для здобувачів освіти ОС бакалавр за галуззю знань 01 Освіта/Педагогіка спеціальності 014 Середня освіта. «26» серпня, 2023 року. 11 с.

РОЗРОБНИК: Степанюк Ігор Віталійович, кандидат мистецтвознавства, викладач ритміки та основ хореографії

ПОГОДЖЕНО

Гарант  
освітньо-професійної програми  
*Середня освіта (Фізична культура)*

 (Наталія ДЕНИСЕНКО)

«06» вересня 2023 рік

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри теорії, методики музичної освіти та інструментальної підготовки

«04» вересня 2023 року, протокол № 1

Голова кафедри  (Богдана ЖОРНЯК)

Схвалено вченою радою факультету

«14» вересня 2023 року, протокол № 2

Голова  (Наталія ДЕНИСЕНКО)

## 1. Опис освітнього компонента

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітній ступінь /	Характеристика освітнього компонента		
	освітньо-кваліфікаційний рівень / освітньо-професійний ступінь	Денна форма навчання		
Кількість кредитів 3	Галузь знань 01 Освіта/Педагогіка	Статус освітнього компонента Обов'язковий		
	Спеціальність  014 Середня освіта			
Змістових модулів 2	ОС: бакалавр	Рік підготовки: 1		
Загальна кількість годин – 90		Семестр: 2		
		Лекції 10	Семінари -	Практ. 30
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 2		Самостійна робота 45 Консультацій 5		
		Вид контролю: Залік – 2 сем.		

## **2. Мета, програмні компетентності та результати навчання**

### **2.1. Мета освітнього компонента**

У процесі занять хореографічним мистецтвом здійснюється розвиток музичних та творчих здібностей студентів, підвищується їх культурний рівень. Метою освітнього компонента є естетичне виховання засобами танцю. Курс є важливим у підготовці здобувачів освіти до педагогічної діяльності і передбачає оволодіння вправами різного жанру, а також професійними навичками й уміннями, які необхідні для педагогічної і організаційної роботи в закладах загальної середньої освіти.

Освітній компонент являє собою самостійну, логічно завершену систему навчання, куди входять лекційні, практичні, а також самостійна робота здобувачів освіти. Освітній компонент включає:

- наукові знання про хореографічне мистецтво як про художнє і музичне явище;
- музично-ритмічне відчуття як основний вид відображення музики в русі, яке ґрунтується на взаємодії слухових, м'язових і зорових аналізаторів;
- індивідуальну хореографічну майстерність;
- педагогічні знання, уміння й навички, які необхідні для розвитку хореографічних даних здобувачів освіти, створення в навчанні творчої атмосфери на заняттях, підтримуванні чіткого ритму роботи, дисципліни, культури відносин;
- навчальний хореографічний матеріал, який формується на основі науково-обґрунтованих критеріїв відбору

### **2.2. Програмні компетентності**

#### **2.2.1. Інтегральна компетентність**

**ІК 1.** Здатність розв'язувати складні спеціалізовані практичні завдання в галузі середньої освіти, що передбачає застосування концептуальних методів освітніх наук, предметних знань, психології, теорії та методики навчання і характеризується комплексністю та невизначеністю умов організації освітнього процесу в закладах загальної середньої освіти

#### **2.2.2. Загальні компетентності**

**ЗК-2** Здатність до міжособистісної взаємодії, роботи в команді, спілкування з представниками інших професійних груп різного рівня, здійснювати пошук з різних джерел і критично оцінювати інформацію, оперувати нею у професійній діяльності (*соціальна компетентність*).

**ЗК-3.** Здатність виявляти повагу та цінувати українську національну культуру, багатоманітність і мультикультурність у суспільстві; здатність до вираження національної культурної ідентичності, творчого самовираження (*культурна компетентність*).

**ЗК-7.** Здатність інтегрувати теоретичні знання й практичні навички у процес організації навчальної діяльності та ефективно діяти в умовах типових і нетипових педагогічних ситуацій.

**ЗК-8.** Здатність налагоджувати результативну міжособистісну взаємодію в освітньому та професійному середовищі, працювати в команді та підтримувати конструктивну комунікацію з учнями, батьками, колегами і представниками суміжних галузей.

**ЗК-9.** Здатність гнучко адаптуватися до змін у педагогічній та спортивній діяльності, проявляти ініціативність і креативність, генерувати нові ідеї та ефективно вирішувати професійні завдання.

#### **2.2.3. Фахові компетентності**

**СК3.** Здатність до добору й застосування доцільних форм, методів, технологій та засобів навчання, включаючи традиційні та новітні форми рухової активності (ігрові, оздоровчі, тренувальні, інноваційні, інтегровані), для забезпечення ефективності освітнього процесу з фізичної культури.

СК 5. Здатність враховувати вікові та індивідуальні особливості учнів під час добору змісту, методів, засобів і форм навчання з фізичної культури, забезпечуючи доступність, безпечність і поступовість розвитку рухових умінь та фізичних якостей.

СК 6. Здатність формувати стійку мотивацію учнів до занять фізичною культурою та організувати їхню пізнавальну діяльність у процесі опанування рухових умінь і засвоєння основ здорового способу життя.

СК 7. Здатність усвідомлювати власні почуття й емоційні стани та ефективно ними керувати у процесі ігрової та спортивної діяльності, зберігаючи педагогічну рівноваженість, справедливість і позитивний емоційний фон під час взаємодії з учнями.

СК 13. Здатність застосовувати індивідуальну, групову, парну й колективну форми організації навчання з урахуванням анатомо-фізіологічних особливостей учнів, добираючи відповідні навантаження й рухові завдання та використовуючи інформаційно-комунікаційні й цифрові технології для підсилення ефективності освітнього процесу з фізичної культури.

СК 18. Організувати та проводити навчальні заняття різних типів, а також позаурочні й позашкільні заходи з фізичної культури, творчо застосовуючи досвід, набутий під час різних видів педагогічних практик, забезпечуючи їх методичну цілісність, безпечність і високу результативність.

### **2.3. Передумови для вивчення освітнього компонента**

Засвоєння освітнього компонента «Практикум з ритміки та основ хореографії» передбачає інтеграцію знань, умінь і навичок з ОК Фізичні вправи на формування культури рухів з елементами гімнастики (вступний курс); Фізичні вправи на опанування навичками пересувань (вступний курс).

### **2.4. Результати навчання**

#### **2.3.1. Програмні результати навчання за ОПП.**

ПРН 3. Враховувати закономірності розвитку, вікові та індивідуальні особливості учнів для забезпечення безпечного, інклюзивного й мотивувального освітнього середовища.

ПРН 4. Планувати, моделювати і реалізовувати уроки фізичної культури та позакласну роботу відповідно до Державного стандарту, навчальних програм і потреб учнів.

ПРН 5. Навчати руховим діям, формувати й удосконалювати рухові уміння й навички учнів з різних видів фізкультурної діяльності, здійснювати їх корекцію й індивідуалізацію.

ПРН 6. Застосовувати сучасні педагогічні технології, включно з цифровими інструментами та інноваційними методами навчання, для розвитку фізичних, соціальних та емоційних компетентностей учнів.

ПРН 8. Аналізувати рухову діяльність учнів, здійснювати комплексний контроль і оцінювання навчальних досягнень з урахуванням критеріїв, індикаторів та вікових норм.

ПРН 18. Підтримувати власну фізичну форму, рухову підготовленість і культуру здорового способу життя як елемент професійної етики вчителя фізичної культури.

#### **2.3.2. Результати навчання за освітнім компонентом.**

Знання та розуміння:

- основних понять курсу, завдань хореографічного виховання;
- вікових особливостей музично-естетичного розвитку учнів ЗЗСО;
- основних видів рухової діяльності на заняттях з ритміки та хореографії.

Застосування знань і розуміння:

- застосування теоретичних знань у практичній музично-руховій діяльності;
- - здатність до проведення різних видів рухових занять з учнями закладу загальної середньої освіти;
- - уміння до організації різних форм музично-рухової діяльності учнів ЗЗСО.

### 3. Програма освітнього компонента

#### ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ I . Вивчення елементів ритміки

##### Тема 1. Значення, завдання курсу

Поняття «ритміка», «хореографія», «аеробіка». Виникнення ритмічної гімнастики. Значення занять з ритміки ЗЗСО.

##### Тема 2. Ходьба

Загальнорозвиваючі ритмічні вправи. Види ходьби, виконання їх у відповідності до характеру, темпу, ритму музики. Координація рухів рук і ніг при різних видах ходьби.

##### Тема 3. Біг

Види бігу. Основні види: легкий, стрімкий, високий, з перешкодами.

#### ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ II. Вивчення основних рухів ритміки

##### Тема 4. Стрибки, підскоки

Види стрибків та підскоків Стрибки: на двох ногах -легкі, високі з ноги на ногу. Підскоки: виконання легких і енергійних підскоків - на місці, з просуванням уперед, під час обертання.

##### Тема 5. Танцювальні рухи

Танцювальний крок, танковий хороводний крок, бічний галоп, змінний крок, крок польки.

##### Тема 6. Шикування та перешикування.

Вміння орієнтуватись в колективі і просторі. Легко змінювати напрям руху або перешикуватись з однієї фігури в іншу

### 4. Структура освітнього компонента

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин			
	Денна форма			
	усього	у тому числі		
лекції		практ.	самостійна робота	
<b>ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ I . Вивчення елементів ритміки</b>				
<b>Тема 1. Значення, завдання курсу</b>	16	4	4	15
<b>Тема 2. Ходьба</b>	15	2	4	

<b>Тема 3. Біг</b>	8	2	4	10
Здача змістового модуля I	2		2	
Разом за змістовим модулем 1	<b>41</b>	<b>8</b>	<b>14</b>	<b>25</b>
<b>ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ II. Вивчення основних рухів ритміки</b>				
<b>Тема 4. Стрибки, підскоки</b>	17	2	4	
<b>Тема 5. Танцювальні рухи</b>	19		6	10
<b>Тема 6. Шикування та перешикування</b>	8		4	10
Здача змістового модуля II	2		2	
Разом за змістовим модулем II	<b>46</b>	<b>10</b>	<b>16</b>	<b>20</b>
Консультації				<b>5</b>
<b>Всього:</b>	<b>90</b>	<b>10</b>	<b>30</b>	<b>45+5к</b>

### 5. Теми практичних занять

N з/п	N теми / модуля	Назва теми	К-ть годин
1	1 / I	Організація уроків ритміки	2
2	1 / I	Організація загальнорозвиваючих ритмічних вправ	2

3	2/ I	Методика вивчення різних видів ходьби	2
4	2/ I	Особливості виконання танцювальних рухів на основі ходьби	2
5	2/ I	Зразки організації сюжетно-образної драматизації гри на основі ходьби	2
6	3/ I	Організація проведення бігових вправ	2
7	3/ I	Організація проведення різновидів бігових вправ Особливості виконання підскоків	2
8	3/ I	Постановка танцювальних рухів з використанням бігових вправ	2
9		<b>Здача змістового модуля I.</b>	2
10	4 / II	Особливості виконання стрибків	2
11	4/ II	Особливості виконання танцювальних рухів на основі стрибків Методика проведення шикування	2
12	5/ II	Моделювання музично-ритм. рухів для різних вікових хореогр.груп	2
13	6/ II	Методика проведення шикування та перешиккування	2
14	6/ II	Методика проведення масових ігор	2
15		Здача змістового модуля II.	2
<b>Всього</b>			<b>30</b>

## 6. Самостійна робота

№ з/п	№ теми / модуля	Назва теми	Кількість годин
1	1 / I	Аналіз літератури та інтернет-джерел щодо підбору масових та сюжетних ігор	15
2	2/ I	Підбір музичного супроводу для імпровізацій	10
3	4 / II	Створення заготовки для постановки хореографічного номеру	10
4	5 / II	Підбір музичного супроводу для виконання творчих вправ	10

<b>Разом</b>	<b>45</b>
--------------	-----------

### 9. Засоби оцінювання

Засобами оцінювання та методами демонстрування результатів навчання є залік (2 сем) командні проекти; презентації результатів виконаних завдань; практичні покази, підбір музичних файлів.

### 10. Критерії оцінювання

Оцінювання знань здобувачів освіти здійснюється за 100-бальною шкалою, яка переводиться відповідно у національну шкалу («відмінно», «добре», «задовільно», «незадовільно») та шкалу європейської кредитно-трансферної системи (ЄКТС – А, В, С, D, E, FX, F).

**Форми контролю знань** здобувачів:

- поточний;
- модульний;
- підсумковий (залік). (2 сем)

*Поточний контроль* знань здобувачів протягом одного семестру включає оцінку за роботу на семінарських заняттях, практичну та самостійну роботу.

*Модульний контроль* знань здійснюється через проведення аудиторних письмових контрольних робіт.

*Підсумковий контроль* знань проводиться у формі **заліку** (2 сем)

II сем

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ I. Вивчення елементів ритміки							ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ II. Вивчення основних рухів ритміки							3
T1		T2		T3		ЗМ	T4		T5		T6		ЗМ	30
П	СР	П	СР	П	СР	П	П	СР	П	СР	П	СР	П	
5	5	5	-	5	5	10	5	-	5	5	5	5	10	
<b>Всього балів:</b>														<b>100</b>

*Умовні позначення:* Т.1. – тема 1; С – семінарське заняття; П – практичне заняття; СР – самостійна робота здобувачів; ЗМ – задача модуля, З – залік,

## 11. Рекомендована література

### 11.1. Базова

1. Баришнікова Т. Азбука хореографії [Текст]: Методичні вказівки. СПб.: Респекс, люкс, 2022. 252 с.
2. Василенко К. Композиція українського народно-сценічного танцю. Київ: Мистецтво, 2023. 96 с.
3. Верховинець В. Теорія українського народного танцю. [Замість передмови Максим Рильський]. 5 вид., доповн К. : Музична Україна, 1990. 151 с.
4. Гіршон А. Імпровізація і хореографія. Контактна імпровізація. Альманах 1. 2017
5. Голдрич О.С. Методика роботи з хореографічним колективом: Посібник для студентів-хореографів мистецьких навчальних закладів України I-II рівня акредитації. Вид. 2-е Львів: «Сполом», 2017. 72 с.
6. Гуменюк А. І. Українські народні танці. Наукова думка, Луцьк , 2013
7. Державний стандарт початкової освіти URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/87-2018-%D0%BF#Text>
8. Народні ігри як засіб збагачення дитячої лексики «Дрібу, дрібу, дрібушечки»: методичні рекомендації. Київ . Н. Луцак. *Дошкільне виховання*. 2019. №4. С. 5-7.
9. Шевчук А. С. Українські музично-хореографічні традиції як засіб музично-рухового розвитку дітей. Фастів : Поліфаст, 2015. 332 с.

### 11.2. Допоміжна

1. Соляна О. Хореографічна культура у контексті реалізації загальної мистецької освіти. *Світ виховання*. К., 2017. № 2. С. 21–23.
2. Тарасюк А. М. Професійна підготовка майбутніх учителів хореографії до роботи у позашкільних закладах освіти. Педагогічний альманах. 2022. Вип.13. С. 191-195
3. Шпак В. Естетичний фактор у вихованні учнів. Київ. Мистецтво 2015.

### 11.3. Інформаційні ресурси

1. Нова українська школа. Концептуальні засади реформування середньої школи. Режим доступу: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/nova-ukrainska-shkola-compressed.pdf>
2. Орлова Л. С. Формування і удосконалення майстерності майбутнього вчителя [Електронний ресурс]. Соціум. Наука. Культура. URL : <http://intkonf.org/orlova-ls-formuvannya-i-udoskonalennya-maysternosti-maybutnogo-vchitelya-muziki/>

Викладач



Ігор СТЕПАНЮК