

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
ІМ. ІВАНА БОБЕРСЬКОГО
КАФЕДРА ХОРЕОГРАФІЇ ТА МИСТЕЦТВОЗНАВСТВА**

МЕТОДИКА РОБОТИ СПОРТИВНОГО ХОРЕОГРАФА
(назва навчальної дисципліни)

ПРОГРАМА

дисципліни підготовки магістрів
(рівень вищої освіти)

галузь знань 02 Культура і мистецтво
(шифр і назва напрямку)

спеціальності 024 Хореографія
(шифр і назва спеціальності)

Навчальна програма з дисципліни «Методика роботи спортивного хореографа» для студентів ФПО спеціальності 024 Хореографія 1 і 2 семестр (денна форма навчання).

Розробник: професор, канд. пед. наук Сосіна В.Ю.

Навчальна програма затверджена на засіданні кафедри хореографії та мистецтвознавства

Протокол від «31» серпня 2022 року № 1

Завідувач кафедри хореографії та мистецтвознавства

(підпис)

(Сосіна В.Ю.)

(прізвище та ініціали)

Навчальна програма «**Методика роботи спортивного хореографа**» для студентів факультету педагогічної освіти, рівень вищої освіти – другий (магістерський) спеціальність 024 «Хореографія»

„___” _____ 2022 року

Розробники:

к.п.н., проф..

Сосіна В.Ю.

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри хореографії та мистецтвознавства

Протокол № 1 від “ 30 ” серпня 2022 року

Завідувач кафедри: проф. канд. пед. наук Сосіна В.Ю.

“ _____ ” _____ 2022 року

Програма вивчення нормативної навчальної дисципліни «Методика роботи спортивного хореографа» складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки магістрів спеціальності «Хореографія».

Предметом вивчення навчальної дисципліни є теоретичні, організаційні і методичні основи хореографічної підготовки спортсменів у видах спорту зі складною координацією.

Міждисциплінарні зв'язки: загальна теорія підготовки спортсменів, педагогіка, психологія, анатомія людини з основами морфології, фізіологія людини і фізіологія рухової активності, психологія творчої діяльності, основи педагогічної майстерності, теорія та методика викладання хореографічних дисциплін, іноземна мова за професійним спрямуванням, тренаж і партерний тренаж та інші.

Програма навчальної дисципліни складається з таких змістових модулів:

1. Методика роботи спортивного хореографа на початкових етапах підготовки у видах спорту зі складною координацією;
2. Методика роботи спортивного хореографа зі спортсменами високої кваліфікації у видах спорту зі складною координацією;
3. Особливості хореографічної підготовки у різних видах спорту.
4. Методика складання довільних композицій у різних видах спорту.

1. Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою викладення дисципліни є формування базових професійно-педагогічних знань, вмінь і навичок, які забезпечують теоретичну і практичну підготовку тренера-хореографа в різних видах спорту.

Основними завданнями вивчення дисципліни «Методика роботи спортивного хореографа» є:

1. Ознайомити студентів з особливостями роботи спортивного хореографа.
2. Ознайомити з методикою роботи спортивного хореографа на різних етапах підготовки спортсменів у видах спорту зі складною координацією.
3. Сприяти вихованню у студентів вмінь і навичок проведення навчально-тренувальних занять і складання довільних композицій у різних видах спорту.

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти повинні:

знати: теоретичні, організаційні, практичні та методичні особливості роботи спортивного хореографа.

вміти: планувати, організовувати та проводити тренувальні заняття з хореографії зі спортсменами різного віку, статі і спортивної кваліфікації у різних видах спорту зі складною координацією. Вміти складати довільні композиції та програми для спортсменів різного віку у різних видах спорту.

На вивчення навчальної дисципліни відводиться 120 годин 4,0 кредитів ECTS.

2. Інформаційний обсяг навчальної дисципліни

Лекції - 10 год.; практичні заняття - 44 год.; самостійна робота студентів - 120 год., семінарські заняття - 6 год.; всього 180 годин.

Змістовий модуль 1 (5 курс, 9 семестр). Методика роботи спортивного хореографа на початкових етапах підготовки у видах спорту зі складною координацією

Тема 1. Методика роботи спортивного хореографа на етапі відбору і початкової підготовки у видах спорту зі складною координацією.

Анатомо-фізіологічні та психологічні особливості дітей та їх врахування під час занять хореографією та техніко-естетичними видами спорту. Вікові особливості та проблема ранньої спеціалізації в спорті та хореографії. Методичні особливості проведення занять хореографією у спортивних секціях. Головні завдання етапів. Роль тренера і хореографа на заняттях хореографією. Особливості проведення занять з дівчатками і хлопчиками. Роль музики у вихованні виразності та відчуття ритму.

Тема 2. Методика роботи спортивного хореографа на етапі попередньої базової підготовки у видах спорту зі складною координацією.

Анатомо-фізіологічні та психологічні особливості дітей та їх врахування під час занять хореографією та техніко-естетичними видами спорту на етапі попередньої базової

підготовки у техніко-естетичних видах спорту. Основні завдання, що вирішує хореографія, значення систематичності проведення. Різновиди занять хореографією. Види контролю за хореографічною підготовленістю. Основні засоби та методика проведення занять у різних періодах підготовки.

Змістовний модуль 2 (5 курс, 10 семестр). Методика роботи спортивного хореографа зі спортсменами високої кваліфікації у видах спорту зі складною координацією.

Тема 3. Методика роботи спортивного хореографа на етапі спеціалізованої базової підготовки у видах спорту зі складною координацією

Анатомо-фізіологічні та психологічні особливості спортсменів та їх врахування під час занять хореографією та техніко-естетичними видами спорту на етапі спеціалізованої базової підготовки у техніко-естетичних видах спорту. Завдання етапу. Види занять. Місце хореографічної підготовки у загальній системі спортивного удосконалення. Значення виховання виразності та артистичності засобами хореографії. Засоби відновлювальної підготовки та хореографія. Види контролю за хореографічною підготовленістю. Основні засоби та методика проведення занять у різних періодах підготовки.

Тема 4. Методика роботи спортивного хореографа на етапі підготовки до вищих досягнень у видах спорту зі складною координацією

Мета і завдання підготовки спортсменів. Засоби і методика проведення занять. Місце хореографії у загальній системі підготовки спортсменів. Методика виховання виразності. Значення композиційної підготовки. Виховання стабільності та надійності виконання хореографічних вправ.

Тема 5. Особливості хореографічної підготовки у різних видах спорту.

Особливості хореографічної підготовки спортивній та художній гімнастиці, спортивній акробатиці та аеробіці, фігурному катанні, синхронному плаванні та інших видах спорту. Методика проведення занять у різних видах спорту. Особливості складання екзерсису в залежності від вимог і тенденцій розвитку виду спорту. Врахування правил змагань в процесі ХП.

Тема 6. Методика складання спортивних композицій у різних видах спорту

Закони композиції, їх вирішення у спортивних композиціях. Відтворення законів композиції у найкращих спортивних постановках провідних спортсменів у різних видах спорту. Ракурси, розміщення по спортивному майданчику. Роль спортивного хореографа у постановочній роботі.

Методика складання вільних вправ у спортивних видах гімнастики (спортивна, художня гімнастика, акробатика). Особливості побудови композиції у чоловіків (спортивна гімнастика), чоловічі групи, змішані пари, трійки в акробатиці. Методика побудови і поєднання елементів у спортивних бальних танцях. Методика побудови композицій у аеробіці, фітнесі, черлідінгу. Методика складання композиції у фігурному катанні.

3. Рекомендована література

1. Сосина В.Ю. Хореографія в гимнастике. - учеб. пособие для студентов вузов / В.Ю. Сосина. – К. : Олимп. л-ра, 2009. – 136 с.
2. Хореографическая подготовка в спорте / Методические рекомендации. Составители Бирюк Е., Овчинникова Н. – Киев: КГИФК, 1990.
3. Сосина В.Ю. Хореографія в спорті : навч. Посіб. / В.Ю. Сосіна. – К.: НУФВіСУ, вид –во «Олімпійська література», 2021. – 280 с.

Інформаційні ресурси інтернет

Відеоматеріали: хореографічна підготовка в художній і спортивній гімнастиці, фігурному катанні на ковзанах, артистичному плаванні, спортивній акробатиці, черліденгу та ін. (матеріали YouTube) .

Поточний контроль здійснюється під час проведення практичних та семінарських занять в усній та письмовій формах.

1. Опитування.
2. Перевірка завдань для самостійної роботи.
3. Перевірка матеріалів самопідготовки.
4. Виконання завдань практичних занять.
5. Складання спортивних композицій, екзерсисів, етюдів.

КОНТРОЛЬНІ ПИТАННЯ ТА ЗАВДАННЯ для заліку

1. Назвіть особливості побудови і проведення розминки з елементами хореографії та партерної хореографії з початківцями.
2. Назвіть способи проведення розминки.
3. Методика оволодіння елементарними основами хореографії з початківцями-спортсменами.
4. Методика музично-ритмічного виховання з спортсменами на початковому етапі підготовки.
5. Методика підготовки і проведення свят, показових виступів, залікових змагань з початківцями.
6. Методика проведення індивідуальної та колективної хореографічної розминки.
7. Послідовність оволодіння елементами хореографії біля опори і на середині.
8. Методика складання уроків різного спрямування для спортсменів 9-11 років.
9. Методика складання і навчання танцювальним етюдам різного спрямування.
10. Що таке композиційна підготовленість?
11. Особливості і види хореографічної розминки на цьому етапі.
12. Методика складання уроків хореографії різного спрямування для спортсменів 12-15 років.
13. В чому полягає особливості планування хореографічної підготовки в залежності від календаря змагань.
14. Дайте характеристику методиці складання і навчання танцювальним етюдам різного спрямування.
15. Назвіть способи оволодіння основами сценічної майстерності у спортсменів 12-15 років.
16. В чому полягають особливості виховання виразності та артистизму у спортсменів на цьому етапі.
17. Методика індивідуальної роботи зі спортсменами, вдосконалення хореографічних елементів, способи ускладнення їх на етапі підготовки до вищих досягнень у видах спорту зі складною координацією
18. Виховання виразності, артистизму. Пантоміма, міміка, сценічна майстерність на етапі підготовки до вищих досягнень у видах спорту зі складною координацією
19. Композиційна підготовленість і способи її вдосконалення.
20. Значення хореографічної підготовки у видах спорту зі складною координацією.
21. В чому особливості хореографічної підготовки у спортивній гімнастиці?
22. В чому особливості хореографічної підготовки у художній гімнастиці?
23. В чому особливості хореографічної підготовки в акробатиці
24. В чому особливості хореографічної підготовки у синхронному плаванні?
25. В чому особливості хореографічної підготовки у акробатичному рок-н-ролу, черлідінгу та ін.
26. Охарактеризуйте закони композиції та їх вирішення у спортивних композиціях.
27. Розкрийте способи відтворення законів композиції у найкращих спортивних постановках провідних спортсменів у різних видах спорту.
28. Яка роль спортивного хореографа у постановочній роботі.
29. Методика складання вільних вправ у спортивних видах гімнастики (спортивна, художня гімнастика, спортивна акробатика).

30. Особливості побудови композиції у чоловіків (спортивна гімнастика), чоловічі групи, змішані пари, трійки в акробатиці.

31. Методика побудови і поєднання елементів у спортивних бальних танцях.

32. Методика побудови композицій у аеробіці, фітнесі, черліденгу.

33. Методика складання композиції у фігурному катанні.

4. Форма підсумкового контролю успішності навчання

Залік у 2 семестрі

5. Засоби діагностики успішності навчання

- Опитування на семінарських заняттях;
- Виконання практичних вимог;
- Виконання самостійної роботи (постановка спортивної композиції);
- Матеріали самопідготовки;
- Поточний залік;

4. Форма підсумкового контролю успішності навчання

Залік у 2 семестрі.

5. Засоби діагностики успішності навчання

- Опитування на семінарських заняттях;
- Виконання практичних вимог;
- Виконання самостійної роботи (реферат);
- Матеріали самопідготовки;
- Поточний залік;
- Підсумковий залік.