

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЛЬВІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ІВАНА ФРАНКА
Факультет культури і мистецтв
Кафедра режисури та хореографії

Затверджено

Факультет культури і мистецтв
Львівського національного університету імені Івана Франка

В.о. декана факультету  доц. Мирослава ЦИГАНИК
(протокол ВР факультету № 24 від 31 серпня 2023 року)

На засіданні кафедри режисури та хореографії
В.о. завідувача кафедри режисури та хореографії

  проф. Федір СТРИГУН
(протокол кафедри № 1 від 28 серпня 2023 року)

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

«Акробатичні елементи в хореографії»

що викладається в межах освітньої ОП «Хореографія»
першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
циклу дисциплін вільного вибору студента
професійної і практичної підготовки

для здобувачів:
галузі знань 02 «Культура і мистецтво»
спеціальності 024 «Хореографія»

IV курс 7 семестр
для студентів денної / заочної форми навчання

Львів

Назва курсу	Акробатичні елементи в хореографії
Адреса викладання курсу	м. Львів, вул. Стефаника 10. (Кафедри режисури та хореографії)
Факультет та кафедра, за якою закріплена дисципліна	Факультет культури і мистецтв, кафедра режисури та хореографії
Галузь знань, шифр та назва спеціальності	02 Культура і мистецтво, 024 Хореографія
Викладачі курсу	Плахотнюк Олександр Анатолійович доцент, кандидат мистецтвознавства, доцент кафедри режисури та хореографії.
Контактна інформація викладачів	oleksandr.plakhotnyuk@lnu.edu.ua https://kultart.lnu.edu.ua/employee/plakhotnyuk-oleksandr-anatolijevych
Консультації по курсу відбуваються	(адреса кафедри вул. Стефаника,10. Теоретична аудиторія, 1) Консультації, що середі з 11:50 – 12:30 кафедра режисури та хореографії, або в день проведення лекцій/практичних занять (за попередньою домовленістю). Проводиться он-лайн консультація на час карантинних обмежень. Для цього відбувається комунікація через електронну пошту викладача або через окрему групу в соціальних мережах www.facebook.com
Сторінка курсу	https://kultart.lnu.edu.ua/course/akrobatychni-elementy-v-khoreohrafi
Інформація про курс	Курс розроблено таким чином, щоб надати учасникам необхідні знання з акробатики у хореографічному мистецтві, методики виконання акробатичних елементів. Предметом вивчення навчальної дисципліни є хореографічне мистецтво. Теоретичні та методичні питання виконання, процесів навчання та організації, вивчення хореографії. Вивчення предмету підсилюючим фактором формування виконавських та фахових питань підготовку бакалавра хореографії так як Акробатичні елементи в хореографії є одним із вибіркового предметів ОП Хореографія <i>Міждисциплінарні зв'язки</i> : Теорія та методика викладання класичного танцю. Теорія та методика викладання українського танцю. Теорія та методика викладання народно-сценічного танцю. Теорія та методика викладання сучасного танцю. Дуєтно-сценічний танець. Практики. Курсова робота «Теорія та методика викладання хореографічних дисциплін»
Коротка анотація курсу	Дисципліна «Акробатичні елементи в хореографії мистецтві» дисципліною з спеціальності 024 Хореографія для освітньої програми 024 Хореографія бакалавр, яка викладається в 7 семестрі денної, заочної форми навчання в обсязі 4 кредитів (за Європейською Кредитно-Трансферною Системою ECTS).
Мета та цілі курсу	Мета: більш поглиблене засвоєння студентами теоретичних, практичних основ хореографічних дисциплін в частоті акробатичних елементи в хореографічному мистецтві, правил, характеру виконання рухів, послідовність їх вивчення, загальних зауважень. Завдання: оволодіння практичними навичками виконання, підготовки та проведення уроку з акробатики в обсязі, що підсилюють компетенції необхідні для становлення спеціаліста – бакалавра хореографії, вчителя хореографічних дисциплін, керівника танцювального колективу, артиста балету. У результаті вивчення курсу студенти повинні

	<p>знати:</p> <ul style="list-style-type: none"> - теоретично-практичний матеріал з акробатичних елементів в хореографічному мистецтві; - понятійно-категоріальний знання з акробатики в хореографічному мистецтві; - термінологію акробатики; - методику виправлення фізичних вад тіла за допомогою акробатичних елементів; - систему укріплення м'язів тіла за допомогою акробатичних елементів; - систему розвитку гнучкості людського тіла; - знати витоки акробатики; - знати провідних діячів мистецтва акробатики. <p>уміти:</p> <ul style="list-style-type: none"> - самостійно аналізувати методику викладання акробатичних елементів в хореографічному мистецтві; - застосовувати методику виконання акробатичних елементів в хореографічному мистецтві; - на практиці застосовувати отримані теоретичні знання; - володіти навчально-програмною та методичною документацією та уміти використовувати їх для формування змісту навчання; - уміти робити відбір навчального матеріалу з рекомендованих програмою підручників та методичних посібників; - уміти зробити правильний вибір змісту навчального матеріалу; - застосовуючи теоретичні знання з методики побудови уроку та використовуючи методичну літературу, визначати співрозмірність тривалості частин уроку; - організовувати вибудовувати заняття з акробатичних елементів в хореографічному мистецтві; - проводити контроль та самоконтроль під час виконання вправ акробатичних елементів; - складати комплекс вправ з акробатичних елементів; - методично рекомендувати дозування вправ з акробатичних елементів. <p>Вивчення вибіркової навчальної дисципліни «Акробатичні елементи в хореографії» підсилює та поглиблює досягнення програмних програмних результатів</p> <p>ПР09. Володіти термінологією хореографічного мистецтва, його понятійно-категоріальним апаратом.</p> <p>ПР11. Використовувати інноваційні технології, оптимальні засоби, методики, спрямовані на удосконалення професійної діяльності, підвищення особистісного рівня володіння фахом.</p> <p>ПР19. Знаходити оптимальні виконавські прийоми для втілення хореографічного образу.</p>
<p>Література для вивчення дисципліни</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kultura fizyczna, pedagogika, zdrowie i fizjoterapia [monografia] / L. Androshchuk, V. Balahur, T. Blahova, O. Martynenko, O. Plakhotnyuk // redak. O. Zabolotna. – Starogard Gdański : Pomorskiej Szkoły Wyższej, 2020 – 256 p. ISBN 978-83-89481-37-5 (Фізична культура, педагогіка, здоров'я та фізична терапія [монографія] / Л. Андрощук, В. Балагур, Т. Благова, О. Мартиненко, О. Плахотнюк // ред. О. Заболотна – Старогард Гданьські : Поморський університет, 2020 – 256 с. https://zenodo.org/record/4086115#.X5Py7tRS8dU. 2. Кінезіологія танцю : колективна монографія / за заг. ред. О. Плахотнюка. – Львів : СПОЛОМ, 2020. – 244 с. Кінезіологія танцю.pdf.

3. Плахотнюк О. Використання акробатичних елементів в сучасній хореографії / О. Плахотнюк // Вісник Міжнародного Слов'янського університету : зб. наук. праць. – Харків : 2010. – С. 88–96. – (Серія мистецтвознавство; вип. № 2, Т. XIII). [Плахотнюк О. Використання акробатичних елементів в сучасній хореографії](#)
4. Бирюк Е. В. Ритмическая гимнастика: Метод. рекомендации. – Киев: Молодь, 1986. – 152 с.
5. Білокопитова Ж. А., Мовчан Л. М., Щербакова Н. А. Гімнастика: краса і здоров'я. – Київ: Здоров'я, 1991. – 104 с.
6. Бражник І. А., Лістовничий Ю. Г., Мишаков О. С., Соболев Л. М. Гімнастика (вправи без речей на гімнастичній стінці й лаві з набивними м'ячами). – Київ: Державне медичне видавництво УРСР, 1952. – 244 с.
7. Величкович М., Мартинюк Л. Український рукопаш гопак : навч. посіб. – Львів. : Ліга-Прес, 2003. – 152 с.
8. Горлач Л. Прима грації. Л. Горлач. – Київ : Молодь, 1989 – 152 с.
9. Дейнека Кароліс. Рух. Дихання, психофізичне тренування. – 2-е вид. перероб. і доп. – Київ: Здоров'я, 1988. – 176 с.
10. Дейнека Кароліс. Рух. Дихання, психофізичне тренування. – Київ: Здоров'я, 1984. – 168 с.
11. Каляндрук Т. Таємниці бойових мистецтв України. – Львів: ЛА «Піраміда», 2007. – 304 с.
12. Кашеваров В. Сценічно-технічна підготовка в циркових жанрах : техніка безпеки, манеж, реквізит: В. Кашеваров, Д. Орел. – Київ : КМАЕЦ, 2018. – 75 с.
13. Козак С. Військові вправи українського селянства / С. Козак. – Біла Церква : Видавець Олександр Пшонківський, 2008 – 144 с.
14. Козленко Н. Мацулевич. В. Физическое воспитание учащихся первых клас сов шестилетнего возраста. Пособие для учителя. – Киев : Радянська школа, 1988. – 144 с.
15. Мандзяк О. Бойові традиції Аріїв. На шляху до реалій українських бойових мистецтв. – Тернопіль : Мандрівець, 2011. – 272 с.
16. Методика проведення занять з ритмічної гімнастики. Методичні рекомендації для студентів вищих навчальних закладів / Уклад. Власик Г. І. – Рівне: РДГУ, 2002. – 34 с.
17. Мехоношин С. Гімнастика. Індивідуальна та самостійна робота студента / С. Мехоношин. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2013 – 216 с.
18. Момот В. В. Разминка и растяжка в боевых искусствах (практическое пособие). – Харьков: ФЛП Коваленко А.В., 2007. – 160 с.
19. Назаров В. Т. Биомеханическая стимуляция: явь и надежды. – Минск: Полымя, 1986. – 95 с.
20. Онищенко О. А. Акробатика. Посібник для викладачів середніх шкіл і громадських тренерів. – Київ: Здоров'я, 1966. – 92 с.
21. Орел Д. Аробатика: теорія та методика викладання, програма, навчально-методичні рекомендації для студентів циркових, сценічних жарів та хореографії / Д. Орел. – Київ : КМАЕЦ, 2018. – 153 с.
22. Пилат В. Бойовий Гопак / В. Пилат. – Львів : Галицька видавнича спілка, 1999. – 336 с.
23. Попова О.А. Лікувальна гімнастика – ваш сімейний лікар. / О. А. Попова. – Донецьк : ТОВ ВКФ «БАО», 2008. – 256 с.
24. Приступа Є. Н., Пилат В. С. Традиції української національної фізичної культури (частина І). – Львів: Троян, 1991. – 104 с.
25. Програма з курсу "Фізичне виховання" для училищ культури спеціальність: Хореографія / Уклад. Крючковська О. В. – Київ: 2004. – 29

	<p>с.</p> <p>26. Пророков О. Танцювальні елементи на уроках фізкультури та в позаурочній роботі / О. Пророков. – Тернопіль : Підручники та посібники, 2009. – 60 с.</p> <p>27. Ракитина Р., Подопрігора Е. Лечебная ритмическая гимнастика в профилактике остеохондроза. – Киев: Здоров'я, 1987. – 24 с.</p> <p>28. Робисон Л. Пилатес: Путь вперед / Л. Робисон, Г. Томсон. – Минск : Попури, 2008. – 192 с.</p> <p>29. Сафронов А. Г. Йога: физиология, психоматика, биоэнергетика / Монография. – Харьков : ФЛП Коваленко А, В., 2008. – 248 с.</p> <p>30. Сергієнко Л. Терміни і поняття у фізичній культурі / Л. Сергієнко. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2011. – 264 с.</p> <p>31. Собінов Б.М. "Танцююча" гімнастика. – Київ: Мистецтво, 1975. – 184 с.</p> <p>32. Сова А. Іван Боберський – основоположник української тіло виховної спортивної традиції / А. Сова, Я. Тимчак. – Львів : ЛДУФК ; Априорі, 2017. – 232 с.</p> <p>33. Сосина В. Ю. Азбука ритмической гимнастики. – Киев: Здоров'я, 1986. – 64 с.</p> <p>34. Сосина В. Ю., Нетоля В. А. Акробатика для всех: учеб.-метод. пособие / В. Ю. Сосина, В. А. Нетоля. – К. : Олімпійська література, 2014. – 200 с.</p> <p>35. Сосина В. Ю., Нетоля В. А. Коллекция забавных гимнастических упражнений: метод. пособие / В. Ю. Сосина, В. А. Нетоля. – Київ : НУФВСУ «Олімпійська література», 2013. – 432 с.</p> <p>36. Сосина В. Ю., Фабиан Э. М. Ритмическая гимнастика: Альбом. – Киев: Радянська школа, 1990. – 225 с.</p> <p>37. Сосина В.Ю. Хореография в гимнастике: учеб. пособие для студентов вузов / В. Ю. Сосина. – Київ. : Олимпийская литература, 2009. – 135 с. : ил.</p> <p>38. Сосина В. Ю. Гімнастика вправи для загального розвитку / В. С. Сосіна. – Київ : Національний університет фізичного виховання і спорту України «Олімпійська література», 2017. – 552 с.</p> <p>39. Сосіна В. Ю. Хореографія в спорті. – Київ : Національний університет фізичного виховання і спорту України. вид.-во «Олімпійська література», 2021. – 280 с.</p> <p>40. Франко П. І. Підручник шведської руханки / П. І. Франко. – Львів : Ліга-Прес, 2016 – 224 с.</p> <p>41. Худолій О. М. Основи методики викладання гімнастики: Навч. посібник. В 2-х частинах. – 3-є вид., випр. і доп. – Харків: "ОВС", 2004. – Ч. 1. – 414 с.</p> <p>42. Ячнюк І. О. Відновлювальні засоби працездатності у фізичній культурі: Підручник / О. І. Ячнюк, О. О. Воробйов, Л. В. Романів, Ю. Б. Ячнюк, І. В.Марценяк, Р. Р. Білик. – Чернівці : Книги – XXI, 2009. – 432 с.</p> <p>43. Austin Denise. Pilates dla kazdego. – Poznan: Zysk i s-ka, 2002. – 298 с.</p> <p>44. Milosevic P. Aerobikom do zdravija. / Predrag Milosevic. – Beograd : Novinsko-izdavacka radna organizacija Tehnicka knjiga. 1984. – 208 с.</p> <p style="text-align: center;">Інформаційні ресурси</p> <p>45. Акробатика – URL : https://vue.gov.ua/%D0%90%D0%%D0%B0%D1%82%D0%B8%BA%D0%B0</p> <p>46. Основні положення правил змагань в дисципліні "стрибки на акробатичній доріжці– URL : https://naurok.com.ua/osnovni-polozhennya-pravil-zmagan-v-disciplini-stribki-na-akrobaticniy-dorizhci-162514.html</p>
Обсяг курсу	Тривалість курсу 120 год з них: 32 годин аудиторних занять. З них 32 годин лабораторних/практичних занять та 96 годин самостійної роботи
Очікувані	Засвоювати в процесі професійної діяльності:

<p>результати навчання</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Акробатика – як система укріплення м’язів тіла. – Використання акробатики в танці. – Виправлення фізичних вад тіла за допомогою акробатичних елементів в хореографічному мистецтві танцювальної аеробіки. – Вираження хореографічних образів за допомогою акробатичних елементів. – Акробатичні елементи як – система розвитку гнучкості людського тіла. – Значення акробатики та їх завдання у фізичному вихованні людини. – Контроль та самоконтроль під час виконання вправ акробатичних елементів. – Оздоровче значення акробатичних елементів для загальної групи населення. – Поєднання сучасного танцювального мистецтва і спорту. – Правила виконання вправ для розвитку рухомості в хребті. – Правила виконання групових вправ. – Правила виконання змахів руками, ногами. Вправи, які розвивають силу рук. – Правила виконання парних (дуетних) та групових вправ. Балансові вправи. – Правила виконання перевертань, вперед, назад, через плече і так далі. – Правила виконання підтримок. – Правила виконання поворотів, бігів, кроків. – Правила виконання пружинних рухів. Вправи в розслабленні. – Правила виконання роботи з предметом. – Правила виконання сальто. – Правила виконання стійки та переворотів. – Правила виконання стрибків. – Правила виконання стройових і порядкових вправ. Вправ, які сприяють розвиткові сили. – Правила виконання упорів та звисань. – Правила виконання шпагату, рівноваги «мости». – Теоретичні та методичні рекомендації до складання комплексу вправ з акробатики. – Термінологія акробатичних елементів. – Техніка безпеки і правила поведінки під час занять і виконання спортивних елементів.
<p>Ключові слова</p>	<p>Акробатика, спортивні елементи в хореографії, виконавська майстерність, танець, хореографія.</p>
<p>Формат курсу</p>	<p>Очний /заочний</p>
	<p>Проведення практичних занять, самостійна робота студента, та консультації для кращого розуміння тем.</p>
<p>Теми</p>	<p>Тема 1: Переверти, вперед, назад, через плече і так далі. Тема 2: Стійки. Перевороти. Тема 3: Сальто. Тема 4: Парні (дуетні) та групові вправи. Балансові вправи. Тема 5: Підтримки. Тема 6: Упори і звисання. Тема 7: Групові вправи. Тема 8: Робота з предметом.</p>
<p>Підсумковий контроль, форма</p>	<p>Залік 7 семестр ІV курс</p>
<p>Пререквізити</p>	<p>Для вивчення курсу студенти потребують базових знань з Теорія та методика викладання класичного танцю, Теорія та методика викладання</p>

	танцю українського танцю, Теорія та методика викладання сучасного танцю, категоріального апарату хореографічного мистецтва,
Навчальні методи та техніки, які будуть використовуватися під час викладання курсу	Практичне заняття, презентація, пояснення матеріалу, колаборативне навчання (форми – групові проекти, спільні розробки, тьюторство, навчальні спільноти і т.д.) проектно-орієнтоване навчання, дискусія Завдання тьютора – побудова освітнього простору як простору прояву пізнавальних ініціатив та інтересів студентів і створення індивідуальної освітньої траєкторії. Тьютор встановлює зі студентами партнерські стосунки, забезпечуючи психологічну підтримку під час навчання, організовує їх освітню діяльність, представляє академічні інтереси студентів на факультеті. Тьюторський супровід, націлений на реалізацію принципу індивідуалізації в освіті, сприяє найбільш повному розкриттю особистісного потенціалу студента за умови встановлення суб'єктних відносин, в яких кожна сторона бере на себе відповідальність за свій вибір.
Необхідне обладнання	Із урахуванням особливостей навчальної дисципліни. Вивчення курсу може не потребувати використання програмного забезпечення, крім загально вживаних програм і операційних систем.
Критерії оцінювання (окремо для кожного виду навчальної діяльності)	<p>Оцінювання проводиться за 100-бальною шкалою. Бали нараховуються за наступним співвідношенням:</p> <ul style="list-style-type: none"> • практичні/самостійні тощо: 25% семестрової оцінки; максимальна кількість балів 25 • контрольні заміри (модулі): 25% семестрової оцінки; максимальна кількість балів 25 • іспит: 50% семестрової оцінки. Максимальна кількість балів 50 <p>Підсумкова максимальна кількість балів 100</p> <p>Письмові роботи: Очікується, що студенти виконають декілька видів письмових робіт (есе, вирішення кейсу). Академічна доброчесність: Очікується, що роботи студентів будуть їх оригінальними дослідженнями чи міркуваннями. Відсутність посилань на використані джерела, фабрикування джерел, списування, втручання в роботу інших студентів становлять, але не обмежують, приклади можливої академічної недоброчесності. Виявлення ознак академічної недоброчесності в письмовій роботі студента є підставою для її незарахування викладачем, незалежно від масштабів плагіату чи обману. Відвідання занять є важливою складовою навчання. Очікується, що всі студенти відвідають усі лекції і практичні заняття курсу. Студенти мають інформувати викладача про неможливість відвідати заняття. У будь-якому випадку студенти зобов'язані дотримуватися усіх строків визначених для виконання усіх видів письмових робіт, передбачених курсом. Література. Уся література, яку студенти не зможуть знайти самостійно, буде надана викладачем виключно в освітніх цілях без права її передачі третім особам. Студенти заохочуються до використання також й іншої літератури та джерел, яких немає серед рекомендованих.</p> <p>Політика виставлення балів. Враховуються бали набрані на поточному тестуванні, самостійній роботі та бали підсумкового тестування. При цьому обов'язково враховуються присутність на заняттях та активність студента під час практичного заняття; недопустимість пропусків та запізнь на заняття; користування мобільним телефоном, планшетом чи іншими мобільними пристроями під час заняття в цілях не пов'язаних з навчанням; списування та плагіат; несвоєчасне виконання поставленого завдання і т. ін.</p> <p>Жодні форми порушення академічної доброчесності не толеруються.</p>
Питання до заліку	https://kultart.lnu.edu.ua/course/akrobatychni-elementy-v-khoreohrafi

чи екзамену.	
Опитування	Анкету-оцінку з метою оцінювання якості курсу буде надано по завершенню курсу.

ОПИС КУРСУ

IV курс 7 семестр

Тиж. / дата / год.-	Тема, план, короткі тези	Форма діяльності (заняття)* *лекція, практичне заняття, самостійна, дискусія, групова робота)	Література.*** Ресурси в інтернеті	Завдання , год	Термін виконання
1 тиж.	Тема 1: Переверти, вперед, назад, через плече і так далі.	Практичне заняття	<i>Література: 19,20,30, 34, 44,45.</i>	4 год.	2 тиж.
2 тиж.		Практичне заняття	<i>Література: 19,20,30, 34, 44,45.</i>	4 год.	3 тиж.
3 тиж.	Тема 2: Стійки. Перевороты.	Практичне заняття	<i>Література: 19,20,30, 34, 44,45.</i>	4 год.	4 тиж.
4 тиж.		Практичне заняття	<i>Література: 19,20,30, 34, 44,45.</i>	4 год.	5 тиж.
5 тиж.	Тема 3: Сальто	Практичне заняття	<i>Література: 19,20,30, 34, 44,45.</i>	4 год.	6 тиж.
6 тиж.		Практичне заняття	<i>Література: 19,20,30, 34, 44,45.</i>	4 год.	7 тиж.
7 тиж.	Тема 4: Парні (дуетні) та групові вправи. Балансові вправи.	Практичне заняття	<i>Література: 19,20,30, 34, 44,45.</i>	4 год.	8 тиж.
8 тиж.		Практичне заняття	<i>Література: 19,20,30, 34, 44,45.</i>	4 год.	9 тиж.
9 тиж.	Тема 5: Підтримки.	Практичне заняття	<i>Література: 19,20,30, 34, 44,45.</i>	4 год.	10 тиж.
10 тиж.		Практичне заняття	<i>Література: 19,20,30, 34, 44,45.</i>	4 год.	11 тиж.
11 тиж.	Тема 6: Упори і звисання.	Практичне заняття	<i>Література: 19,20,30, 34, 44,45.</i>	4 год.	12 тиж.
12 тиж.		Практичне заняття	<i>Література: 19,20,30, 34, 44,45.</i>	4 год.	13 тиж.
13 тиж.	Тема 7: Групові вправи.	Практичне заняття	<i>Література: 19,20,30, 34, 44,45.</i>	4 год.	14 тиж.
14 тиж.		Практичне заняття	<i>Література: 19,20,30, 34, 44,45.</i>	4 год.	15 тиж.
15 тиж.	Тема 8: Робота з предметом.	Практичне заняття	<i>Література: 19,20,30, 34, 44,45.</i>	4 год.	16 тиж.
16 тиж.		Практичне заняття	<i>Література: 19,20,30, 34, 44,45.</i>	4 год.	Залік
	Форма контролю залік				