

morphological changes in the lungs]. *Pedagogika, psy`xologiya ta medy`ko-biologichni problemy` fizy`chnogo vy`xovannya i sportu: nauk. monogr.* Xarkiv, Vol. 4, pp. 43-47. ( In Ukraine).

3. Kalmy`kova Yu. S. (2013) Zastosuvannya masazhu ta fizioterapiyi pry` tuberkul`ozu legen` [The use of massage and physiotherapy for pulmonary tuberculosis]. *Slobozhans`ky`j nauково-sporty`vny`j visny`k*, Vol. 3, pp. 125-128. ( In Ukraine).

4. Ky`r`yanova V. V., Levashov A. N. (2010) Fy`zy`oterapy`ya bol`ny`x tuberkulezom organov dy`xany`ya [Physiotherapy of patients with respiratory tuberculosis]. *Fy`zy`oterapy`ya, bal`neology`ya y` reaby`ly`tacy`ya*, Vol. 1, pp. 37-48. (In Russian)

5. Kovalenchenko V. F., Stepanenko R. V. (2015) Likuval`na fizkul`tura pry` rizny`x klinichny`x formax tuberkul`ozu legen` [Therapeutic physical training in various clinical forms of pulmonary tuberculosis]. *Naukovy`j chasopy`s [Nacional`nogo pedagogichnogo universy`tetu imeni M. P. Dragomanova]. Seriya 15 : Naukovo-pedagogichni problemy` fizy`chnoyi kul`tury` (fizy`chna kul`tura i sport)*, Vol. 4, pp. 29-32. ( In Ukraine).

6. Order of the Ministry of Health of Ukraine 04.09.2014 № 620 "Unified clinical protocol of primary, secondary (specialized) and tertiary (highly specialized) medical care to adults. Tuberculosis". - K .: NVP Poligrafservis, 2014. P. 121. ( In Ukraine).

7. Nogas A. O. (2012) LFK v kompleksnij fizy`chnij rehabilitaciji xvory`x na tuberkul`ozu legeniv [LFK in the complex physical rehabilitation of patients with pulmonary tuberculosis]. *Pedagogika, psy`xologiya ta medy`ko-biologichni problemy` fizy`chnogo vy`xovannya i sportu*, pp. 76-79. ( In Ukraine).

8. Stasyuk O., Vasy`ly`na M. (2012) Fyzy`chna rehabilitaciya pry` tuberkul`ozu legen` [Physical rehabilitation for pulmonary tuberculosis]. *Fyzy`chna akty`vnist`, zdorov`ya i sport*, Vol.1(7), pp. 50-55. ( In Ukraine).

9. Suxan V. S., Dy`chka L. V., Blaga O. S. (2014) Likuval`na fizy`chna kul`tura pry` zachvoryuvannyax organiv dy`xannya: metody`chni rekomendaciyi [Therapeutic physical culture in diseases of the respiratory system: methodical recommendations], *Uzhgorod*, 51 p. ( In Ukraine).

УДК 378.147.091.33-027.22:796

Стасенко О.А.

Центральноукраїнський державний педагогічний університет імені Володимира Винниченка  
м. Кропивницький

#### ФОРМУВАННЯ ЗНАНЬ І ПРАКТИЧНИХ УМІНЬ З ГІМНАСТИКИ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

*В статті зазначається, що гімнастика займає одне з провідних місць у фізичному вихованні школярів, основні завдання якої спрямовані на формування рухових умінь та навичок виконання гімнастичних вправ, а також на придбання учнями спеціальних теоретичних знань. Крім цього визначено гімнастичні вправи як дієвий засіб зміцнення здоров'я учнів, підвищення рівня фізичного розвитку, тренуваності та працездатності, розвиток рухових здібностей. Обґрунтовано практичну підготовку майбутніх учителів фізичної культури до успішного навчання гімнастичним вправам школярів, що характеризується формуванням в студентів умінь раціонально використовувати систему засобів (методи, методичні прийоми, принципи, умови в яких проводяться заняття). Проаналізовано зміст дисципліни «Теорія і методика викладання гімнастики», яка забезпечує оволодіння теоретико-методичними знаннями, практичними вміннями викладання гімнастики у загальноосвітніх навчальних закладах. Розкрито форми навчальних занять у вузі відповідного профілю.*

**Ключові слова:** гімнастика, викладання, вміння, майбутні учителі фізичної культури.

**Стасенко А.А. Формирования знаний и практических умений из гимнастики будущих учителей физической культуры.** *В статье отмечается, что гимнастика занимает одно из ведущих мест в физическом воспитании школьников, основные задания которой направлены на формирование двигательных умений и навыков выполнения гимнастических упражнений, а также на приобретение учениками специальных теоретических знаний. Кроме этого определены гимнастические упражнения как действенное средство укрепления здоровья учеников, повышения уровня их физического развития, тренированности и работоспособности, развитие двигательных способностей. Обоснована практическая подготовка будущих учителей физической культуры для успешного обучения гимнастическим упражнениям школьников, что характеризуется формированием в студентов умений рационально использовать систему средств (методы, методические приемы, принципы, условия в которых проводятся занятия). Проанализировано содержание дисциплины «Теория и методика преподавания гимнастики», которая обеспечивает овладение теоретико-методическими знаниями, практическими умениями преподавания гимнастики в общеобразовательных учебных заведениях. Раскрыты формы учебных занятий в вузе соответствующего профиля.*

**Ключевые слова:** гимнастика, преподавание, умение, будущие учителя физической культуры.

**Stasenko O. A. Formation of knowledge and practical skills from the gymnastics of future teachers of physical culture.** *The article notes that gymnastics occupies one of the leading places in the physical education of schoolchildren, whose main tasks are to develop motor skills and skills to perform gymnastic exercises, as well as to acquire special theoretical knowledge by students. In addition, gymnastic exercises are defined as an effective means of improving students' health, increasing their level of physical development, fitness and performance, the development of motor abilities. The practical training of future physical education teachers for the successful training of gymnastic exercises of schoolchildren is substantiated, which is characterized by the formation in students of skills of rationally using the system of means (methods, teaching methods, principles, conditions in which the lesson is held). The content of the discipline "Theory and Methods of Teaching Gymnastics", which provides the mastery of theoretical and methodological knowledge, practical skills of teaching gymnastics in secondary schools, is analyzed. Disclosed forms*

of training sessions in the university of the appropriate profile.

**Keywords:** gymnastics, teaching, skill, future teachers of physical culture.

**Постановка проблеми.** В сучасних умовах інформаційно-технологічного суспільства значно зростають вимоги до підвищення ефективності підготовки висококваліфікованих фахівців з фізичної культури, здійснення її згідно зі світовими стандартами та з урахуванням необхідності поступової інтеграції до Європейського освітнього простору і забезпечення конкурентноспроможності фахівців на глобальному та континентальному ринку праці [10, с. 6].

Чільне місце в сучасній системі освіти посідає питання професійної підготовки майбутніх фахівців. Аналізуючи стан навчання у вузах, необхідно відзначити, що останнім часом суттєво збільшилась кількість інформації, яку повинен засвоїти студент. Перед навчальними закладами професійної освіти поставлено завдання забезпечити підготовку кваліфікованих кадрів, здатних до творчості, професійного розвитку, освоєння й впровадження наукових та інформаційних технологій [8, с. 3].

Важливою умовою успіху в підготовці педагогічних кадрів є вивчення й розвиток загальних і головним чином професійних здібностей майбутнього фахівця в галузі фізичної культури та спорту. Під педагогічними здібностями розуміється виявлення загальних якостей у педагогічній роботі, що відповідають вимогам праці вчителя й дозволяють повністю оволодіти професійною діяльністю й досягти у ній вагомих результатів.

Ефективність впровадження нового змісту з фізичного виховання залежить від розробки і реалізації дієвих педагогічних умов, методик та багатьох інших факторів. Вивчення психолого-педагогічної та спортивної літератури свідчить, що розвиток науки передбачає рух вперед, однією із передумов якого є перегляд традиційних положень. У системі фізичного виховання він полягає у творчому гнучкому підході до використання всього багатства теоретичних і методичних положень замість традиційних стандартів тощо. Це повинно сприяти досягненню головної мети – до закінчення шкільного курсу навчання сформувати в учнів вміння управляти життєво необхідними руховими діями в різних умовах діяльності та виховати в них потребу до систематичних занять фізичними вправами протягом усього життя [5, с. 467].

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** У системі засобів фізичного виховання в школі одне з провідних місць належить гімнастиці. Гімнастичні вправи входять до змісту всіх основних форм занять фізичною культурою в школі. Вони є найважливішою частиною змісту уроків фізичної культури, оздоровчо-виховних заходів в режимі шкільного дня, позакласної роботи, спортивно-оздоровчих свят і змагань, масових спортивно-гімнастичних виступів тощо [7, с.6].

Вагома особливість гімнастичних вправ полягає в тому, що вони мало зустрічаються в життєвій практиці, як в спорті або грі, а спеціально розроблені таким чином, щоб здійснювати найбільш точний і вагомий вплив на організм людини. Дана особливість дозволяє за допомогою гімнастичних вправ розвивати і удосконалювати руховий апарат, сприяє якнайшвидшому оволодінню руховою координацією, успішно опановувати складними вправами, а також розвитку основних рухових якостей [3, с.6].

Програмою курсу гімнастики передбачено вивчення студентами факультету фізичного виховання педагогічного університету історії, теорії і методики викладання гімнастики, оволодіння технікою основних гімнастичних вправ, набуття необхідних знань, умінь та навичок для самостійної педагогічної й організаційної роботи в школі і позашкільних дитячих закладах та в самодіяльному фізкультурному русі [9, с.4].

Аналіз спеціальної літератури свідчить, що гімнастика є одним з найестетичніших та найгармонічніших видів спорту, історія якого налічує понад три тисячі років. Спочатку гімнастичні вправи застосовувалися в лікувальних цілях. Неоцінений внесок у розвиток гімнастики зробили стародавні греки, у яких панував культ здорового і красивого тіла. Заняття спортом були невід'ємною частиною життя, а гімнастика займала особливе місце, оскільки нею починали займатися з дитинства. У давньогрецьких школах цей предмет вважався одним із найважливіших.

Варто зазначити, що основна гімнастика є базовою частиною програми з фізичної культури учнів загальноосвітньої школи. Засоби гімнастики, безумовно, є найбільш ефективними у фізичному вихованні підлітків, вони здійснюють позитивний вплив на їхнє здоров'я, розвиток фізичних якостей. Останнім часом гімнастика збагатилася новими нетрадиційними видами, такими як ритмічна, атлетична, дихальна гімнастика, стретчинг, шейпінг та іншими. Посилились вимоги щодо знань учнів, використання на уроках сучасних засобів і методів навчання. Урок фізичної культури гімнастичної спрямованості вважається одним з критеріїв, що віддзеркалює рівень професійної підготовленості спеціалістів фізичного виховання для середніх загальноосвітніх шкіл [11, с. 468].

Для успішного формування у студентів професійно-педагогічних умінь та навичок навчання окремих гімнастичних вправ, проведення уроку, озброєння організаційно-методичними знаннями й уміннями, підготовку суддів та громадсько-фізкультурних кадрів, набуття практичних навичок складання програмно-методичної і суддівської документації, методів організації й проведення науково-дослідної роботи майбутній вчитель фізичної культури має оволодіти певною методичною майстерністю [4, с. 280].

Методична майстерність учителя фізичної культури (педагога-тренера) в області гімнастики є складовою частиною педагогічної майстерності спортивного педагога, що являє собою «синтез розвиненого психолого-педагогічного мислення, професійно-педагогічних знань, умінь та навичок, які у сукупності з якостями особистості вчителя дозволяють успішно вирішувати найважливіші навчально-виховні завдання» [1, с.421].

**Мета дослідження:** розкрити структуру підготовки майбутніх учителів фізичної культури з теорії і методики викладання гімнастики.

**Основні завдання дослідження:**

1. Обґрунтувати зміст дисципліни «Теорія і методика викладання гімнастики».
2. Визначити обсяг знань, умінь і навичок, який необхідний майбутнім учителям фізичної культури для ефективного викладання гімнастики в загальноосвітніх школах.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** У зв'язку з корінним оновленням всіх сторін суспільного життя України, гуманітарна спрямованість розбудови незалежної держави набула вагомий особливий значущості. Суттєво зростає роль сфер діяльності, які забезпечують підвищення життєвого рівня і удосконалення особистості людини, в тому числі, сфери фізичного виховання й спорту.

Перебудова цієї сфери відповідно до сучасних вимог передбачає вироблення нових підходів до її кадрового забезпечення. Тобто виникає потреба у вирішенні обумовлених завдань підготовки наукових і науково-педагогічних кадрів для роботи у різних ланках галузі «Фізична культура і спорт». Введення в освітню систему освітньо-кваліфікаційних рівнів бакалавра і магістра суттєво підвищує ефективність відбору тих, хто здатний до наукової та науково-педагогічної діяльності в сучасних умовах. Ведучою концепцією підготовки спеціалістів з фізичної культури для школи повинна стати ідея формування творчого вчителя широкого професійного профілю, здатного на високому рівні вести виховну роботу серед підростаючого покоління із застосуванням засобів фізичного виховання; постійно поповнювати власні знання; розширювати кругозір, уміти на практиці застосовувати принципи організації роботи; володіти сучасними методами управління учнівським колективом, навичками навчально-виховної роботи.

Основними завданнями компетентно орієнтованої підготовки педагогів з фізичної культури доцільно вважати: формування в майбутніх фахівців системи професійних знань; оволодіння студентами необхідним комплексом педагогічних умінь і навичок; засвоєння ними досвіду творчої педагогічної діяльності в сфері фізичної культури й спорту; формування в студентів системи ціннісно-емоційних відносин до педагогічної теорії, теорії фізичної культури, педагогічної діяльності й процесу підготовки до неї [6, с. 9].

В процесі формування відповідних умінь і навичок майбутніх учителів фізичної культури, основна увага повинна бути спрямована на викладання спортивно-педагогічних дисциплін, зміст яких має бути переорієнтований на формування професійної свідомості майбутнього вчителя і включати: формування сучасної техніки виконання вправ як основи методу реального показу; оволодіння методиками розвитку рухових здібностей та навчання основним фізичним вправам шкільної програми з фізичної культури [2, с. 45].

Теорія і методика викладання гімнастики – одна з основних дисциплін циклу професійної підготовки навчального плану факультетів фізичного виховання та спорту зі спеціальностей: 014 Середня освіта (Фізична культура) та 017 Фізична культура та спорт. Курс гімнастики, як й інші нормативні дисципліни, передбачає вирішення загальних і специфічних завдань підготовки фахівців з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів.

Гімнастика займає одне з провідних місць у шкільній програмі з фізичної культури. Це обґрунтовується тим, що засоби гімнастики входять у зміст всіх основних форм занять у школі. За своїм змістом і спрямованістю вона найбільш успішно вирішує завдання загального фізичного розвитку й удосконалення рухових можливостей школярів. Однією з особливостей гімнастики є її широка доступність для дітей шкільного віку. Разом з тим методика викладання саме цього виду фізичних вправ складна і специфічна, тому що велика кількість гімнастичних вправ, методів і прийомів навчання вимагають від учителя спеціальних знань, умінь і навичок. Саме цих знань і умінь майбутні учителі фізичної культури набувають у процесі вивчення дисципліни «Теорія і методика викладання гімнастики».

Навчальна робота з курсу гімнастики проводиться у формі лекцій, семінарських, практичних занять, навчальної практики, консультацій, самостійної роботи з літературними джерелами, а також практикуму зі спортивно-педагогічного удосконалення.

На лекціях подається найважливіший програмний матеріал з теорії гімнастики й методики її викладання, надаються методичні вказівки і визначається напрямок для самостійного більш детального вивчення курсу, висвітлюється новий матеріал, який ще не вміщений у підручниках.

На семінарських заняттях поглиблюються та деталізуються окремі найважливіші питання теоретичного розділу програми і перевіряються знання студентів.

На практичних заняттях майбутні учителі оволодівають технікою гімнастичних вправ, набувають знань з методики навчання та проходять навчальну практику. Одночасно забезпечується загальна фізична підготовка студентів. Під час вивчення стройових, загальнорозвивальних вправ обов'язково підбираються і проводяться вправи для формування правильної постави. При поданні практичного матеріалу велика увага звертається на оволодіння студентами гімнастичною термінологією, вміннями страхування та самострахування, надання допомоги в процесі виконання вправ на гімнастичних снарядах.

Навчальна практика спрямована на формування у студентів професійно-педагогічних умінь та навичок навчання окремих гімнастичних вправ, проведення уроку, озброєння організаційно-методичними знаннями й вміннями, підготовку суддів та громадсько-фізкультурних кадрів, набуття практичних навичок складання програмно-методичної і суддівської документації та початкових умінь з організації й проведення науково-дослідної роботи.

Після проходження окремих розділів програми проводяться *консультаційні заняття*, на яких узагальнюється вивчений матеріал, поглиблюються отримані на лекціях і практичних заняттях знання з основ техніки та методики навчання гімнастичним вправам дітей різного шкільного віку. Консультаційні заняття пропонується проводити в гімнастичному залі.

*Самостійна робота* студентів передбачає вивчення навчальних посібників та додаткової літератури, виконання відповідних завдань, курсові роботи, складання комплексів вправ, додаткові заняття фізичними вправами, контрольні роботи тощо.

Важливе місце у науково-теоретичній підготовці студентів займає науковий студентський гурток (проблемна група). Слід залучати членів наукового гуртка до виконання тем, що передбачені планом наукової роботи кафедри.

*Практикум зі спортивного удосконалення* проводиться у формі практичних занять, спрямованих на підвищення технічної майстерності, поглиблення знань з методики викладання гімнастики та удосконалення педагогічних умінь і навичок.

Звісно, що в процесі вивчення всього курсу гімнастики практичні заняття є основними. Тут студенти опановують

техніку вправ, здобувають знання в області методики навчання і викладання, спеціальні педагогічні уміння та навички.

Не можна заперечувати того, що вивчення техніки фізичних вправ – важливий розділ у справі підготовки учителя фізичної культури, але все-таки головною і ведучою ланкою є органічний зв'язок вивчення техніки гімнастичних вправ і методики їхнього засвоєння з умінням навчати цим вправам [3, с. 163].

Навчальна практика зазвичай починається з проведення студентами стройових та загальнорозвивальних вправ (в русі, на місці, з предметами і без предметів, біля гімнастичної стінки тощо), освоєння гімнастичної термінології. Одночасно з цим студенти оволодівають основами техніки акробатичних вправ, опорних стрибків та вправ на гімнастичних снарядах. Потім вирішуються завдання з оволодіння студентами професійно-педагогічними уміннями та навичками методики навчання гімнастичним вправам, попередження травматизму, страховки і допомоги. Звісно, що ці завдання слід вирішувати комплексно, в певній послідовності.

У процесі навчальної практики формуються основні вміння і навички керування процесом навчання, а саме:

1. *При поясненні й аналізі гімнастичних вправ:* уміння точно, відповідно до гімнастичної термінології, пояснювати вправи та підбирати їх з урахуванням особливостей віку учнів; аналізувати техніку виконання вправ: визначати структурні відмінності вправ, виокремлювати основну ланку та деталі техніки, виділяти відносно самостійні елементи вправ та вміння знаходити у вправі головний момент зусиль, а також здатність на знайомих м'язово-рухових відчуттях засновувати пояснення вивчаємих вправ.

2. *При подачі команд і розпоряджень:* уміння чітко їх подавати; вірно вести підрахунок під час виконання стройових і загальнорозвивальних вправ (в тому числі й відповідно до музичного супроводу); раціонально використовувати командний голос (у залежності від розташування групи, кількісного її складу, місця подачі команд і т. д.).

3. *При наглядній демонстрації вправ:* уміння технічно вірно виконувати вправи як в цілому так і по частинам; застосувати «дзеркальний показ» під час пояснення вправ; швидко орієнтуватися у виборі місця показу; правильно виділяти основну ланку в структурі рухів шляхом показу; використовувати наочність (технічні засоби, схеми, плакати, малюнки, кінольїци).

4. *При контролі за виконанням вправ і виправленням помилок:* уміння визначати загальні та індивідуальні типові помилки в техніці виконання вправ; здійснювати контроль за технікою їх виконання учнями; своєчасно попереджувати огріхи в техніці виконання; уміло застосовувати підвідні, підготовчі та спеціальні вправи з урахуванням вікових та індивідуальних особливостей учнів.

5. *При наданні допомоги й страхуванні (попередженні травматизму):* уміння встановлювати й перевіряти (здійснювати контроль) за гімнастичним устаткуванням та інвентарем; розташовувати гімнастичні снаряди та обладнання для занять та змагань в спортивному залі; правильно застосовувати прийоми допомоги і страхування з урахуванням складності виконуваної вправи, етапів навчання, вікових, статевих, індивідуальних особливостей, а також рухової та фізичної підготовленості учнів.

6. *При безпосередньому навчанні гімнастичним вправам:* уміння дотримуватись правильної методичної послідовності у вивченні вправ, тобто чергувати засоби за анатомічними та фізіологічними ознаками; дотримуватись дидактичних принципів навчання гімнастичним вправам; правильно підбирати вправи відповідно до завдань навчання; доцільно застосовувати методи і методичні прийоми організації діяльності учнів на уроці; підтримувати робочу дисципліну в процесі занять, своєчасно подавати команди і розпорядження та приймати відповідні рішення при зміні зовнішніх умов.

7. *При підготовці до занять:* уміння складати необхідні методичні матеріали, володіти формами запису вправ, як загальнорозвивальних так і на гімнастичних снарядах; упорядковувати документацію (навчальний план, навчальну програму, поурочний план системи шкільних уроків з гімнастики та конспект уроку).

8. *При проведенні змагань з гімнастики:* уміння оцінювати вправи відповідно до правил суддівства з гімнастики, класифікувати помилки у техніці їх виконання; оцінювати виконані комбінації, визначати остаточний результат за виконання (за участю декількох суддів); складати положення про змагання та план-сценарій гімнастичних виступів; володіти правилами ведення робочої документації змагань з гімнастики.

Професійно-педагогічні уміння формуються відповідно до етапів становлення рухової навички. На першому етапі становлення рухової навички відбувається формування окремих професійно-педагогічних умінь. На другому етапі, проходить так зване уточнення і безпосереднє вивчення вправи, формуються наступні уміння: показ, пояснення, аналіз техніки виконання вправ, допомога і страхування, виявлення й усунення помилок.

На третьому етапі під час удосконалення, автоматизації й стабілізації рухової навички проходить закріплення таких вже набутих умінь, а саме: бездоганний показ вправ, оцінка якості їх виконання, правила дозування фізичного навантаження, керівництво групою в процесі навчання і т. д.

**Висновки.** Таким чином, у результаті практичного вивчення даної навчальної дисципліни студенти повинні знати: методичні особливості викладання гімнастики, методику проведення загальнорозвивальних, стройових вправ та переміщень, правила техніки безпеки гімнастикою, методику розвитку рухових здібностей, технологію складання навчальних програм для засвоєння гімнастичних елементів; вміти: здійснювати показ вправ гімнастичного багатоборства, володіти методикою навчання гімнастичним вправам, своєчасно виявляти і ліквідувати помилки у технічній основі елементів, упорядковувати навчальну документацію для школярів різних вікових груп, застосовувати основні засоби та методи підготовки спортсменів нижчих розрядів, а також упорядковувати програмно-методичну і суддівську документацію й оволодіти основами правил суддівства змагань з гімнастики.

**Перспективи подальших досліджень** надалі полягають у визначенні та науковому обґрунтуванні педагогічних умов ефективного формування фахових компетентностей у майбутніх учителів фізичної культури з теорії і методики викладання гімнастики.

### Література

1. Гимнастика: учеб. для студ. высш. учеб. заведений / М. Л. Журавин, [и др.] ; под ред. М. Л. Журавина. – [4-е изд., испр.]. – М. : Издательский центр «Академия», 2006. – 448 с.
2. Забора А. В. Формування знань і навичок майбутніх вчителів фізичної культури в процесі вивчення дисциплін «Теорія і методика фізичного виховання» і «Гімнастика з методикою викладання» : дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту : 24.00.02 / Забора Андрій Володимирович. – Х., 2004. – 197 с.
3. Савченко М. І. Гімнастика та методика її викладання: навч.-метод. посіб. / М. І. Савченко. – Херсон, 2005. – 200 с.
4. Стасенко О. А. Основи методичної майстерності майбутнього вчителя фізичної культури в області гімнастики / О. А. Стасенко // Наукові записки. – Серія : Педагогічні науки. – Кіровоград : РВВ КДПУ ім. В. Винниченка, 2011. Вип. 101. – С. 279-285.
5. Тимчик М. В. Фізичне виховання підлітків у процесі занять гімнастикою / М. В. Тимчик, В. Ф. Шерета // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія № 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури / Фізична культура і спорт» зб. наукових праць / За ред. О.В. Тимошенка. – К. : Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2017. – Випуск 3 К (84)17. – С. 466-469.
6. Фазлеев Н. Ш. Компетентно ориентированный подход к профессиональной подготовке педагога по физической культуре и спорту / Н. Ш. Фазлеев // Теория и практика физической культуры. – 2005. – № 12. – С. 9-12.
7. Худолій О. М. Основи методики викладання гімнастики : навч. посіб. у 2-х томах. – 4-е вид., випр. і доп. / О. М. Худолій. – Харків : «ОВС», 2008. – Т. 2. – 464 с.
8. Шевченко О. В. Основи гімнастики художньої : метод. посіб. / О. В. Шевченко, А. О. Мельник. – Харків : ФОП Озеров, 2017. – 88 с.
9. Шерета В. В. Теорія і методика викладання гімнастики : навч.-метод. посібник для студ. пед. ун-ту. / В. В. Шерета, С. М. Кодацька. – Кіровоград, 2011. – 182 с.
10. Язловецька О. В. Педагогіка фізичного виховання : навч. посіб. / О. В. Язловецька. – Кіровоград : Приватне підприємство «Ексклюзив систем», 2015. – 260 с.
11. Arefiev V. G. (Ed) (2016). *Teoriia ta metodykavikladanniahimnastyky* [Theory and methodology of gymnastics]. (4<sup>th</sup> ed., ext., revised.). Kyiv: TOV «Inter LogistikUkraina».

### References

1. Zhuravin, M. L. (Ed.). (2006). *Gimnastika: Uchebnikdli astudent ovvysshy huchebnyhz avedenii* [Gymnastics: Atextbo okforstudents ofhigheredu cationalinstitutions] (4<sup>th</sup> ed.). Moskva: Izdatelskiitsentr "Akademiiia".
2. Zabora, A. V. (2004). *Formuvan niaznan i navychokmaib utnikhvc hyselivfiz ychnoikultury v protsesivy vchenniadyt syplin "Teoriia i metod ykafizy chnoho vykhovannia" i "Himnastyka z metody kouivykladannia"* [Formation of knowledge and skills of future teac hers of physical culture in the process of studying the disciplines "Theory and methods of physical education" and "Gymnastics w ith teaching methods"]: (PhD's thesis). Kharkiv, Ukraine, 197 s. [in Ukrainian]
3. Savchenko, M. I. (2005). *Himnas tykatametodykayi ivykladannia: Navchalno-metodychnyi posibnyk* [Gymnastic sandmeth odsofteaching: Ateachingmanual].Kherson, Ukraine. [in Ukrainian]
4. Stasenko, O. A. (2011). *Osnovyme todych noimaiste mostim aibutno hovch yteliafizychnoikultury v oblastih mnastyky* [Fundamentals of methodical skill of the future teacher of physical culture in the field of gymnastics].*NaukoviZapysky* [Scientific Notes], 101, 279–285. [in Ukrainian]
5. Tymchuk, M. V. (2017). *Fyzichnevyk hovanniapid itkiv u protses izaniathim nastykoiu* [Physica leducationofad olescents intheproc essofofgymnastics training].In M. V. Tymchuk, V. F. Shehimaha (Eds.), *NaukovyiCh asopysNatsional nohoPedahohichnoh oUniversytetulmeni M. P. Drahomanova* [Scientific Journal of National Pedagogical Drahomanov University], 15."Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoi kultury / Fyzichna kultura i sport": *Zbirnyk naukovykh prats* ["Scientificand pedagogical problems of physical culture / Physical culture and sports": Collection ofscientificworks]. In O. V. Tymoshenko (Ed.), 3 K (84) 17, 466–469. [in Ukrainian]
6. Fazleev, N. Sh. (2005). *Kompete ntnoorient irovann yipodkhod k profession alnoipodgotovkep edagogapofi zicheskoikulture i sportu* [Competentl yorientedap proachtoth eprofessi onaltrainingof a teacher inphysicalcu ltureandsport].*Teoriia i praktik afizichesk oikultury* [Theory and Practice of Physical Culture], 12, 9–12.[in Russian]
7. Khudolii, O. M. (2008). *Osnovy metody kyvykl adanniahi mnastyky : Navch alnyipo sibnyk* [Fundamentals of the methodology of teaching gymnastics: A teaching manual] (4<sup>th</sup> ed., Vols. 1-2).Kharkiv : "OVS". [in Ukrainian]
8. Shevchenko, O. V.,Melnik, A. O. (2017). *Osnovyh imnastyk ykhudozhnoi : Metod ychny iposibnyk* [Fundamentals ofartist icgymnastics: Methodic almanual]. Kharkiv : FOP Ozerov. [in Ukrainian]
9. Shereta, V. V., Kodatska, S. M. (2011). *Teoriia i metodyk avykla anniahim nastyky : Navchalno-metodychnyi posibny kdliastud. ped. un-tu*[Th eoryandmetho ologyofteaching gymnastics: Educa tionalan methodica manual forthe students of pedagogi caluniversities]. Kirovohrad, Ukraine. [in Ukrainian]
10. Iazlovetska, O. V. (2015). *Pedahohi kafizychnohovyk hovannia : Navc halnyipo sibnyk* [Pedagogical Physics of the Revolution: Navchalnyi Posibnyk]. Kirovohrad : Pryvatne pidpriemst vo"Ekskluziv yvsystem". [in Ukrainian]
11. Arefiev, V. G. (Ed.). (2016). *Teoriia ta metodyk avik adanni ahim astyky* [Theory and methodology of gymnastics teaching] (4<sup>th</sup> ed., ext., revised.).Kyiv : TOV "Inter LogistikUkraina". [in Ukrainian]