

Види і зміст поточних контрольних заходів

Мінімальна кількість балів, яку необхідно набрати здобувачу для допуску до підсумкового контролю складає 35 балів

№ змістового модуля	Вид поточного контрольного заходу	Зміст поточного контрольного заходу	Критерії оцінювання та термін виконання	Усього балів
1	теоретичні види: тести	https://moodle.znu.edu.ua/course/view.php?id=3948	протягом семестру до залікового тижня	3
	практичні: заняття в залі	виконання базових асан (стоячи, сидячи, лежачи); вправи на баланс та концентрацію	2 бали – техніка виконання без помилок; 1 бал – з незначними помилками; 0 балів – вправа не виконана; на кожному занятті	6
	комплексні: - контрольна робота - самостійна робота	тестування знань з теоретичних положень	1 правильна відповідь=1 бал протягом семестру до залікового тижня	10
		розробка власного міні-комплексу з 5-7 асан для розвитку гнучкості у дітей молодшого, середнього та старшого шкільного віку	5 балів – логічна побудова, безпека виконання, педагогічна доцільність; 3 бали – незначні недоліки; 0 – відсутня робота; протягом семестра	11
		30		
2	теоретичні види: тести	https://moodle.znu.edu.ua/course/view.php?id=3948	протягом семестру до залікового тижня	3
	практичні: заняття в залі	виконання динамічних комплексів (Суря’я Намаскар); вправи на баланс та концентрацію	2 бали – техніка виконання без помилок; 1 бал – з незначними помилками; 0 балів – вправа не виконана; на кожному занятті	6
	комплексні: - контрольна робота - самостійна робота	тестування знань з теоретичних положень	1 правильна відповідь=1 бал протягом семестру до залікового тижня	10
		проведення фрагмента уроку фізичної культури з елементами йоги; демонстрація адаптованого комплексу для дітей різного віку	5 балів – логічна побудова, безпека виконання, педагогічна доцільність; 3 бали – незначні недоліки; 0 – відсутня робота; протягом семестра	11
		30		
Усього за змістові модулі	теоретичні види: тести = 6			60
	практичні завдання = 6			
	комплексні: контрольна робота = 2 самостійна робота = 6			

Підсумковий семестровий контроль

Форма	Види підсумкових контрольних заходів	Зміст підсумкового контрольного заходу	Критерії оцінювання	Усього балів
1	2	3	4	5
Залік	Теоретичне завдання	Питання для підготовки 1. Сутність, принципи та оздоровче значення йоги у фізичному вихованні школярів. 2. Основні групи асан: характеристика та фізіологічний вплив на організм. 3. Методика виконання базових асан для розвитку гнучкості та сили. 4. Особливості підбору асан для різних вікових груп школярів. 5. Методичні правила навчання дітей простим асанам: поступовість, безпека, дозування навантаження. 6. Значення вправ на баланс і координацію для розвитку рухових якостей. 7. Асани на рівновагу: техніка виконання, помилки та способи їх корекції. 8. Психофізіологічна роль концентрації уваги у практиці йоги. 9. Поняття пранаями: види, техніка виконання, оздоровчий ефект. 10. Дихальні вправи для зняття напруження та відновлення працездатності. 11. Основні методи релаксації у йозі (Шавасана, Йога-нідра) та їх застосування у роботі з учнями. 12. Динамічні комплекси в йозі: сутність, структура та педагогічне значення. 13. Техніка та методика навчання комплексу «Сур'я Намаскар» (Привітання Сонцю). 14. Використання йогівських комплексів у ранковій гімнастиці та розминці на уроках фізичної культури. 15. Йога як засіб формування психоемоційної стійкості школярів. 16. Методи профілактики тривожності у дітей засобами йоги. 17. Практики саморегуляції для вчителя фізичної культури: дихальні, релаксаційні, медитативні техніки. 18. Методика інтеграції елементів йоги у шкільний урок фізичної культури. 19. Педагогічні прийоми і дидактичні ігри з елементами йоги. 20. Критерії оцінювання ефективності занять йогою у системі фізичного виховання школярів.	20 тестових завдань – кожна правильна відповідь = 1 бал	20
	Практичне завдання	Підготувати та провести міні-урок з елементами йоги (10-12 хвилин), який включає: - демонстрацію практичного комплексу асан (5-7 асан або короткий варіант комплексу «Сур'я Намаскар») - методичне пояснення послідовності виконання, педагогічних прийомів, засобів безпеки - елементи дихальних або релаксаційних практик, адаптованих до віку учнів	18-20 балів: комплекс цілісний, технічно правильний, методично грамотний, з вираженим педагогічним стилем; включено дихальні та релаксаційні елементи. 15-17 балів: незначні помилки у техніці або методиці; структура логічна, інструктаж зрозумілий. 12-14 балів: виконання частково неточне, обмежений методичний коментар. 0-12 балів: відсутня структура або неправильна техніка виконання, низький рівень педагогічної взаємодії.	20
Усього балів				40

Шкала оцінювання ЗНУ: національна та ECTS

За шкалою ECTS	За шкалою університету	За національною шкалою	
		Екзамен	Залік
A	90 – 100 (відмінно)	5 (відмінно)	Зараховано
B	85 – 89 (дуже добре)	4 (добре)	
C	75 – 84 (добре)		
D	70 – 74 (задовільно)	3 (задовільно)	
E	60 – 69 (достатньо)		
FX	35 – 59 (незадовільно – з можливістю повторного складання)	2 (незадовільно)	Не зараховано
F	1 – 34 (незадовільно – з обов’язковим повторним курсом)		