

**СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**  
**"ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ОБРАНОГО ВИДУ СПОРТУ**  
**(ЗА ВИБОРОМ)"**

<b>1. Загальна інформація</b>	
Назва факультету	Здоров'я та фізичного виховання
Освітня програма (галузь, спеціальність, рівень вищої освіти, форма навчання)	Фізична культура (галузь 01 Освіта / Педагогіка, спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура), перший (бакалаврський) рівень вищої освіти, денна форма навчання)
Навчальний рік	2020-2021
Назва дисципліни, шифр (електронна адреса на сайті ДЗВО "УжНУ")	Теорія і методика обраного виду спорту (за вибором), ВК-11 <a href="https://e-learn.uzhnu.edu.ua/course/edit.php?category=388&amp;returnto=category">https://e-learn.uzhnu.edu.ua/course/edit.php?category=388&amp;returnto=category</a>
Кафедра (назва, адреса, телефон, e-mail)	Фізичного виховання, м. Ужгород, вул. І. Франка, № 1 <a href="mailto:kaf-sport@uzhnu.edu.ua">kaf-sport@uzhnu.edu.ua</a>
Керівник кафедри (контактний e-mail)	Маріонда Іван Іванович <a href="mailto:kaf-sport@uzhnu.edu.ua">kaf-sport@uzhnu.edu.ua</a>
Рік навчання (рік, на якому реалізується вивчення дисципліни)	2021
Семестр (семестр, у якому реалізується вивчення дисципліни)	7-й і 8-й семестри для денної форми навчання
Тип дисципліни / модулю (обов'язкова / вибіркова)	Вибіркова
Викладачі (імена, прізвища, наукові ступені і звання викладачів, які викладають дисципліну, контактний e-mail)	Бондарчук Наталія Яківна, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент <a href="mailto:nataliia.bondarchuk@uzhnu.edu.ua">nataliia.bondarchuk@uzhnu.edu.ua</a>
Особа, відповідальна за силабус (особа, якій слід надавати коментарі стосовно силабуса, контактний e-mail)	Бондарчук Наталія Яківна, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент <a href="mailto:nataliia.bondarchuk@uzhnu.edu.ua">nataliia.bondarchuk@uzhnu.edu.ua</a>

Кількість кредитів ECTS	5
Кількість годин (лекції / лабораторні заняття / самостійна робота студентів)	Для денної форми: 12 / 62 / 76
Мова навчання	Українська
Інформація про консультації	Консультації проводяться з 11.30 до 12.00 в робочі дні з використанням контактної, змішаної та дистанційної форм навчання
Адреса, телефон та регламент роботи бази практики, спортивного клубу... (у разі потреби)	
<b>2. Коротка анотація до курсу</b>	
<p>Навчальна дисципліна "Теорія і методика обраного виду спорту (за вибором) входить до циклу вибіркових дисциплін професійної підготовки студентів, за спеціальністю 014 Середня освіта (Фізична культура), за освітнім ступенем (ОС) "бакалавр".</p> <p>Навчальна дисципліна "Теорія і методика обраного виду спорту (за вибором)" вивчається на денній формі навчання протягом 7-го і 8-го семестрів.</p> <p>Вона охоплює 79 тем навчального матеріалу, що вивчаються на лекціях, лабораторних заняттях та в ході самостійної роботи.</p> <p>Навчальна дисципліна "Теорія і методика обраного виду спорту (за вибором)" включає: на денній формі – 12 годин лекцій, 62 години лабораторних занять, 76 годин самостійної роботи студента, загалом 150 годин або 5 навчальних кредитів; Формою контролю є поточний контроль, підсумковий модульний контроль у вигляді заліку та загальний підсумковий контроль у вигляді екзамену.</p>	
<b>3. Мета і завдання курсу</b>	
<p><i>Мета курсу</i> – формування у студентів сучасного системного мислення та комплексу професійно-педагогічних базових знань, умінь і навичок сучасного тренера з обраного виду спорту.</p> <p><i>Завдання курсу:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) сприяти формуванню основ професійного світогляду студентів;</li> <li>2) забезпечити оволодіння студентами теорією і методикою підготовки спортсменів з обраного виду спорту;</li> <li>3) надати студентам вміння й навички, необхідні для успішної тренерської роботи в обраному виді спорту.</li> </ol>	
<b>4. Компетентності, формування яких забезпечується вивченням дисципліни</b>	
Відповідно до освітньої програми, вивчення дисципліни сприяє формуванню у здобувачів вищої освіти таких компетентностей:	

*Загальних:*

- знання і розуміння значення та змісту обраної професії; основних концепцій та базових понять у фізичній культурі і спорті, історії розвитку, основ гігієни праці (ЗК-2);
- здатність до організаційної роботи, взаємодії в колективі, вміння враховувати психоемоційні особливості окремих осіб зокрема та колективу загалом (ЗК-4);
- здатність до самоосвіти і самовдосконалення, постійного підвищення особистого рівня кваліфікації (ЗК-5);
- здатність визначати і формулювати професійні завдання, приймати обґрунтовані рішення (ЗК-7);
- здатність працювати самостійно та в команді, виконувати роботу в групі під керівництвом лідера, мати навички, що демонструють можливості до врахування вимог трудової дисципліни та інтересів колективу (ЗК-8).

*Професійних:*

- володіння глибокими знаннями фізіологічних процесів, що відбуваються в організмі під дією фізичних навантажень, здатність використовувати закономірності фізичного розвитку і вдосконалення для вирішення завдань фізичного виховання (ПК-1);
- здатність займатися професійною діяльністю відповідно до чинних стандартів якості життя (ПК-3);
- здатність визначати перспективні шляхи використання засобів фізичного виховання і спорту для учнівської молоді та дорослого населення з урахуванням рівня підготовленості, мотивації, умов проведення занять та соціальних потреб (ПК-4);
- вміння здійснювати системне планування професійної діяльності, володіти педагогічними навичками проведення урочних і неурочних форм занять (ПК-5);
- вміння організовувати і проводити тренувальний процес з учнівською молоддю з обраних видів спорту (ПК-6);
- вміння організовувати оздоровчо-розважальні і спортивні заходи, обізнаність у правилах суддівства спортивних змагань (ПК-7);
- здатність здійснювати оцінювання рівня індивідуального здоров'я та фізичної підготовленості (ПК-11).

## **5. Очікувані результати навчання**

Відповідно до освітньої програми, очікується, що вивчення дисципліни забезпечить досягнення здобувачами вищої освіти таких програмних результатів:

- знання функцій і видів сучасного спорту, закономірностей, що існують у спортивній галузі загалом та в обраному виді спорту зокрема;
- знання прав та обов'язків професійного спортсмена з обраного виду спорту;
- знання загальної системи організації навчально-тренувального процесу в системі спортивної підготовки в обраному виді спорту;
- знання алгоритму побудови, мети, завдань і принципів спортивної підготовки

в обраному виді спорту;

- знання теоретико-методичних основ спортивного відбору та підготовки спортивного резерву в обраному виді спорту;
- знання принципів, засобів і методів спортивного тренування в обраному виді спорту;
- знання теоретико-методичних основ, традицій і правил організації і проведення змагань з обраного виду спорту;
- знання вимог до здібностей і професійної майстерності тренера в обраному виді спорту;
- здатність здійснювати в обраному виді спорту спортивний відбір на різних його етапах із застосуванням різних методів дослідження;
- здатність забезпечувати підготовку спортсмена з обраного виду спорту на різних стадіях та етапах багаторічної спортивної підготовки, керувати його підготовкою в різних періодах навчально-тренувального циклу;
- здатність організовувати і здійснювати теоретичну, фізичну, технічну, тактичну, психологічну підготовку спортсмена з обраного виду спорту в ході багаторічної спортивної підготовки;
- здатність адекватно регулювати фізичні навантаження на спортсмена та ефективно вирішувати проблеми спортивної адаптації;
- здатність забезпечувати і здійснювати планування, контроль, облік, прогнозування і моделювання різних аспектів спортивної підготовки в обраному виді спорту.

## **6. Передумови для вивчення навчальної дисципліни**

Передумовами вивчення навчальної дисципліни "Основи управління у фізичній культурі і спорті" є опанування таких навчальних дисциплін ОП:

ОК-1 – Історія та культура України;

ОК-2 – Ділова українська мова;

ОК-5 – Анатомія людини з основами динамічної морфології;

ОК-6 – Фізіологія людини;

ОК-7 – Біохімія;

ОК-8 – Фізіологічні основи фізичної культури і спорту;

ОК-9 – Спортивна медицина і гігієна;

ОК-12 – Адаптивне фізичне виховання;

ОК-14 – Рухливі ігри;

ОК-15 – Педагогіка;

ОК-16 – Психологія;

ОК-17 – Вступ до спеціальності;

ОК-18 – Теорія і методика фізичного виховання;

ОК-20 – Педагогіка фізичного виховання і спорту;

ОК-21 – Психологія фізичного виховання і спорту;

ОК-24 – Гімнастика і методика викладання; ОК-25 – Футбол і методика викладання; ОК-26 – Волейбол і методика викладання; ОК-27 – Легка атлетика і методика викладання; ОК-32 – Спортивна спеціалізація з методикою викладання; ОК-33 – Основи педагогічної майстерності; ВК-4 – Правове регулювання у сфері фізичної культури і спорту / Основи управління у фізичній культурі і спорті; ВК-6 – Загальна теорія спорту для всіх; ВК-9 – Підвищення спортивної майстерності за вибором.		
<b>7. Формат і обсяг курсу</b>		
Формат курсу (денний або заочний та кількість кредитів)	Денна форма	5 кредитів (150 год.)
Вид занять	Кількість годин	Кількість груп
Лекції	12	1
Лабораторні	62	1
Самостійні	76	-
<b>8. Тематика і зміст курсу для денної форми навчання</b>		
Вид і номер занять (код виду занять)	Теми занять (зміст навчання)	Викладач
Лекція 1 (Л-1)	Предмет і завдання теорії і методики обраного виду спорту. Сучасний спорт та його види	Бондарчук Н.Я.
Лекція 2 (Л-2)	Алгоритм побудови, мета, завдання і принципи, стадії та етапи багаторічної спортивної підготовки в обраному виді спорту	Бондарчук Н.Я.
Лекція 3 (Л-3)	Періодизація річної спортивної підготовки в обраному виді спорту. Спортивний відбір і підготовка спортивного резерву	Бондарчук Н.Я.
Лекція 4 (Л-4)	Побудова спортивного тренування як цілісного процесу в обраному виді спорту. Змагальна діяльність спортсмена	Бондарчук Н.Я.
Лекція 5 (Л-5)	Вимоги до здібностей і професійної майстерності тренера в сучасному спорті	Бондарчук Н.Я.
Лекція 6 (Л-6)	Огляд окремих напрямів діяльності тренера в обраному виді спорту	Бондарчук Н.Я.
Лабор. заняття 1 (ЛЗ-1)	Реалізація спортсменом з обраного виду спорту своїх прав та обов'язків відповідно до свого	Шароді В.М.

	професійного статусу і нормативно-правової бази України	
Лабор. заняття 2 (ЛЗ-2)	Процедурні аспекти присвоєння українським спортсменам і тренерам спортивних звань і розрядів відповідно до Єдиної спортивної класифікації України	Шароді В.М.
Лабор. заняття 3 (ЛЗ-3)	Розробка алгоритму побудови сучасної багаторічної спортивної підготовки в обраному виді спорту	Шароді В.М.
Лабор. заняття 4 (ЛЗ-4)	Завдання, специфіка тренувальної і змагальної роботи, критерії її ефективності, обсяги та інтенсивність навантажень на етапі початкової спортивної підготовки в обраному виді спорту	Шароді В.М.
Лабор. заняття 5 (ЛЗ-5)	Завдання, специфіка тренувальної і змагальної роботи, критерії її ефективності, обсяги та інтенсивність навантажень на етапі попередньої базової спортивної підготовки в обраному виді спорту	Шароді В.М.
Лабор. заняття 6 (ЛЗ-6)	Завдання, специфіка тренувальної і змагальної роботи, критерії її ефективності, обсяги та інтенсивність навантажень на етапі спеціалізованої базової спортивної підготовки в обраному виді спорту	Шароді В.М.
Лабор. заняття 7 (ЛЗ-7)	Завдання, специфіка тренувальної і змагальної роботи, критерії її ефективності, обсяги та інтенсивність навантажень на етапі підготовки до вищих спортивних досягнень в обраному виді спорту	Шароді В.М.
Лабор. заняття 8 (ЛЗ-8)	Завдання, специфіка тренувальної і змагальної роботи, критерії її ефективності, обсяги та інтенсивність навантажень на етапі максимальної реалізації індивідуальних спортивних можливостей в обраному виді спорту	Шароді В.М.
Лабор. заняття 9 (ЛЗ-9)	Завдання, специфіка тренувальної і змагальної роботи, критерії її ефективності, обсяги та інтенсивність навантажень на етапі збереження високої спортивної майстерності в обраному виді спорту	Шароді В.М.
Лабор. заняття 10 (ЛЗ-10)	Завдання, специфіка тренувальної і змагальної роботи, критерії її ефективності, обсяги та інтенсивність навантажень на етапі підтримання загальної тренуваності і поступового зниження спортивних результатів в обраному виді спорту	Шароді В.М.

Лабор. заняття 11 (ЛЗ-11)	Методичні основи застосування різних методів спортивного тренування в обраному виді спорту	Шароді В.М.
Лабор. заняття 12 (ЛЗ-12)	Типи і форми організації та проведення тренувальних занять при роботі зі спортсменами в обраному виді спорту	Шароді В.М.
Лабор. заняття 13 (ЛЗ-13)	Методичні особливості використання різних груп фізичних вправ на тренуваннях з обраного виду спорту	Шароді В.М.
Лабор. заняття 14 (ЛЗ-14)	Потенційні можливості і засоби підвищення збалансованості системи тренувальних навантажень, відпочинку, харчування, відновлення у процесі спортивного тренування в обраному виді спорту	Шароді В.М.
Лабор. заняття 15 (ЛЗ-15)	Особливості фізичної підготовки спортсменів в обраному виді спорту. Вплив фізичних вправ на становлення технічних навичок, організація тренування при роботі над спортивною технікою	Шароді В.М.
Лабор. заняття 16 (ЛЗ-16)	Основні методики розвитку і вдосконалення фізичних якостей та здібностей спортсменів в обраному виді спорту	Шароді В.М.
Лабор. заняття 17 (ЛЗ-17)	Особливості технічної підготовки спортсменів в обраному виді спорту: оволодіння індивідуальними, груповими та командними тактичними діями та їх удосконалення	Шароді В.М.
Лабор. заняття 18 (ЛЗ-18)	Організація і проведення спортивних змагань з обраного виду спорту: регламентація, вікові групи, календар, функції суддів, порядок участі, підведення підсумків	Шароді В.М.
Лабор. заняття 19 (ЛЗ-19)	Педагогічна діяльність тренера в обраному виді спорту. Стили керівництва тренера та його вплив на особистість спортсмена	Шароді В.М.
Лабор. заняття 20 (ЛЗ-20)	Методичні основи тренерської роботи щодо планування спортивної підготовки в обраному виді спорту. Предмет і форми планування спортивної підготовки	Шароді В.М.
Лабор. заняття 21 (ЛЗ-21)	Методичні основи тренерської роботи щодо здійснення контролю в системі спортивної підготовки в обраному виді спорту. Підбір та апробація контрольних тестів	Шароді В.М.
Лабор. заняття 22 (ЛЗ-22)	Застосування різних методів контролю результатів спортивної підготовки у тренерській роботі. Особливості застосування реєстрації та аналізу	Шароді В.М.

	показників, що характеризують діяльність спортсмена на тренуваннях, проведення тестувань (контрольних випробовувань) різних сторін спортивної підготовленості, медико-біологічних вимірів	
Лабор. заняття 23 (ЛЗ-23)	Методичні основи тренерської роботи щодо здійснення обліку спортивної підготовки в обраному виді спорту	Шароді В.М.
Лабор. заняття 24 (ЛЗ-24)	Методичні основи тренерської роботи із загальної, допоміжної, попередньої та основної спеціальної фізичної підготовки спортсмена з обраного виду спорту	Шароді В.М.
Лабор. заняття 25 (ЛЗ-25)	Методичні основи тренерської роботи з технічної підготовки спортсмена з обраного виду спорту на стадіях базової технічної підготовки, поглибленого технічного вдосконалення та оволодіння спортивно-технічною майстерністю	Шароді В.М.
Лабор. заняття 26 (ЛЗ-26)	Методичні основи тренерської роботи з тактичної підготовки спортсмена з обраного виду спорту	Шароді В.М.
Лабор. заняття 27 (ЛЗ-27)	Методичні основи тренерської роботи із загальної та спеціальної психологічної підготовки спортсмена з обраного виду спорту	Шароді В.М.
Лабор. заняття 28 (ЛЗ-28)	Методичні основи тренерської роботи з вирішення проблем спортивної адаптації в обраному виді спорту	Шароді В.М.
Лабор. заняття 29 (ЛЗ-29)	Методичні основи тренерської роботи щодо регулювання інтенсивності та обсягів фізичних навантажень на тренувальних заняттях з обраного виду спорту	Шароді В.М.
Лабор. заняття 30 (ЛЗ-30)	Методичні основи тренерської роботи з відновлення спортивної працездатності спортсмена в обраному виді спорту в пічних (сезонних) макроциклах тренувального процесу	Шароді В.М.
Лабор. заняття 31 (ЛЗ-31)	Основні напрями й галузі тренерської роботи в області спортивного прогнозування і моделювання в обраному виді спорту	Шароді В.М.
Самост. робота 1 (СР-1)	Загальні та специфічні функції спорту, їх реалізація	Бондарчук Н.Я.
Самост. робота 2 (СР-2)	Спільні риси та відмінності професійного і масового спорту. Специфіка спорту вищих досягнень	Бондарчук Н.Я.

Самост. робота 3 (СР-3)	Переваги та недоліки різних класифікацій видів спорту	Бондарчук Н.Я.
Самост. робота 4 (СР-4)	Складові популярності окремих видів спорту. Загальна характеристика найбільш популярних у світі видів спорту	Бондарчук Н.Я.
Самост. робота 5 (СР-5)	Загальна характеристика і самобутній зміст українських національних видів спорту	Бондарчук Н.Я.
Самост. робота 6 (СР-6)	Особливості присвоєння спортивних звань і розрядів у найбільш популярних видах спорту (легка атлетика, футбол, плавання, велосипедний спорт, баскетбол, волейбол, теніс, лижний та гірськолижний спорт, єдиноборства)	Бондарчук Н.Я.
Самост. робота 7 (СР-7)	Перспективи приведення української системи присвоєння спортивних звань і розрядів у відповідність зі світовими нормами і стандартами	Бондарчук Н.Я.
Самост. робота 8 (СР-8)	Мета і завдання спортивної підготовки в обраному виді спорту	Бондарчук Н.Я.
Самост. робота 9 (СР-9)	Принципи спортивної підготовки в обраному виді спорту	Бондарчук Н.Я.
Самост. робота 10 (СР-10)	Завдання та особливості тренування в підготовчому періоді річної спортивної підготовки в обраному виді спорту	Бондарчук Н.Я.
Самост. робота 11 (СР-11)	Завдання та особливості тренування у змагальному періоді річної спортивної підготовки в обраному виді спорту	Бондарчук Н.Я.
Самост. робота 12 (СР-12)	Завдання та особливості тренування в перехідному періоді річної спортивної підготовки в обраному виді спорту	Бондарчук Н.Я.
Самост. робота 13 (СР-13)	Зв'язок спортивного відбору зі стадіями та етапами багаторічної спортивної підготовки в обраному виді спорту	Бондарчук Н.Я.
Самост. робота 14 (СР-14)	Методика проведення відбору та особливості застосування різноманітних методів дослідження на різних етапах процесу спортивного відбору в обраному виді спорту	Бондарчук Н.Я.
Самост. робота 15 (СР-15)	Сучасні тенденції та основні напрями вдосконалення системи спортивної підготовки в Україні	Бондарчук Н.Я.
Самост. робота 16 (СР-16)	Основні засоби спортивного тренування в обраному виді спорту. Їх класифікація	Бондарчук Н.Я.

	та методика використання в ході спортивного тренування	
Самост. робота 17 (СР-17)	Характеристика методів спортивного тренування, що можуть бути успішно застосовані в обраному виді спорту	Бондарчук Н.Я.
Самост. робота 18 (СР-18)	Вибір та специфіка використання різних форм організації спортивного тренування в обраному виді спорту (індивідуальної, групової, фронтальної, вільної, стаціонарної, колової)	Бондарчук Н.Я.
Самост. робота 19 (СР-19)	Організація тренувального процесу в обраному виді спорту на тренувальних заняттях різних типів (навчальних, навчально-тренувальних, тренувальних, контрольних, відновних)	Бондарчук Н.Я.
Самост. робота 20 (СР-20)	Зміст та особливості роботи зі спортсменами в обраному виді спорту в різних видах мікріциклів підготовки (базових, ввідних, навчально-тренувальних, тренувальних, тренувально-спеціальних, дозмагальних, модельних, ударних, налагоджувальних, змагальних, відновних)	Бондарчук Н.Я.
Самост. робота 21 (СР-21)	Завдання та особливості тактичної підготовки спортсменів в обраному виді спорту	Бондарчук Н.Я.
Самост. робота 22 (СР-22)	Завдання, основні напрями та особливості психологічної підготовки спортсменів в обраному виді спорту	Бондарчук Н.Я.
Самост. робота 23 (СР-23)	Зміст, структура, специфіка, складові успішності змагальної діяльності спортсмена в обраному виді спорту	Бондарчук Н.Я.
Самост. робота 24 (СР-24)	Складові фахового спрямування та функціональні обов'язки тренера з обраного виду спорту	Бондарчук Н.Я.
Самост. робота 25 (СР-25)	Роль професійних та особистісних здібностей в успішній роботі тренера з обраного виду спорту	Бондарчук Н.Я.
Самост. робота 26 (СР-26)	Умови та специфіка формування спеціальних професійних здібностей тренера з обраного виду спорту	Бондарчук Н.Я.
Самост. робота 27 (СР-27)	Підготовка документів перспективного, поточного та оперативного планування спортивної підготовки в обраному виді спорту. Складення багаторічних перспективних планів, планів-графіків річного циклу спортивного тренування, робочих планів тренувальних циклів, планів-конспектів окремих тренувальних занять	Бондарчук Н.Я.
Самост. робота 28	Здійснення річного, етапного (періодичного),	Бондар-

(CP-28)	поточного та оперативного контролю в системі спортивної підготовки в обраному виді спорту	чук Н.Я.
Самост. робота 29 (CP-29)	Методичні особливості тренерської роботи щодо здійснення керівництва процесом самоконтролю спортсменом з обраного виду спорту стану свого здоров'я та рівня спортивної підготовленості	Бондарчук Н.Я.
Самост. робота 30 (CP-30)	Значення лікарського контролю для попередження спортивного травматизму в обраному виді спорту. Використання результатів лікарського контролю у тренерській роботі	Бондарчук Н.Я.
Самост. робота 31 (CP-31)	Здійснення попереднього, підсумкового та поточного обліку в системі спортивної підготовки в обраному виді спорту	Бондарчук Н.Я.
Самост. робота 32 (CP-32)	Основні теорії адаптації та закономірності її формування у спортсменів в обраному виді спорту	Бондарчук Н.Я.
Самост. робота 33 (CP-33)	Формування термінових і довготривалих адаптаційних реакцій під час м'язової роботи спортсмена з обраного виду спорту	Бондарчук Н.Я.
Самост. робота 34 (CP-34)	Планування та регулювання загальних і вибіркового фізичних навантажень на спортсмена в обраному виді спорту	Бондарчук Н.Я.
Самост. робота 35 (CP-35)	Основні закономірності процесів відновлення організму спортсмена обраному виді спорту	Бондарчук Н.Я.
Самост. робота 36 (CP-36)	Особливості поточного, термінового, відставленого, стресового відновлення. Використання у тренерській роботі засобів педагогічного, медико-біологічного та психологічного відновлення	Бондарчук Н.Я.
Самост. робота 37 (CP-37)	Специфіка спортивного прогнозування як системного дослідження. Забезпечення зв'язку прогнозування і планування спортивної діяльності в обраному виді спорту як важливий напрям тренерської роботи	Бондарчук Н.Я.
Самост. робота 38 (CP-38)	Роль тренера з обраного виду спорту у здійсненні спортивного моделювання. Види і групи моделей, що можуть бути використані у процесі спортивного моделювання	Бондарчук Н.Я.
<p>Лекційні заняття передують практичним заняттям і призначені для ознайомлення зі змістом курсу. При проведенні лекційних занять використовується мультимедійна техніка для демонстрації основних положень лекції, а також засоби наочності: рисунки, графіки, діаграми, таблиці. Практичні заняття проводяться після лекційних занять і призначені для більш глибокого аналізу тем лекцій, а також для закріплення</p>		

отриманих знань та формування вмінь використовувати набуті знання у практичній роботі. Основною формою навчання є контактне навчання. У разі потреби використовуються дистанційна форма навчання на платформах Zoom, Google Meet

## 9. Засоби діагностики та критерії оцінювання результатів навчання

### Поточний контроль

здійснюється під час проведення навчальних занять і має на меті перевірку засвоєння студентами навчального матеріалу. Форми оцінювання поточної навчальної діяльності мають бути стандартизованими і включати контроль теоретичної та практичної підготовки

Код виду занять	Спосіб поточного контролю результатів навчання	Критерії зарахування
Л-1-6	Перевірка конспектів лекцій. Участь в обговоренні проблемних питань за темою лекційного заняття	Наявність конспектів. Оцінка за активність
ЛЗ-1-31	Участь в обговоренні питань за темою практичного (семінарського) заняття.	0-15 балів
	Звіт про підготовку до практичного заняття.	0-15 балів
	Презентація підготовленого заздалегідь завдання (виступу) до практичного (семінарського) заняття	0-20 балів
	Тестовий контроль	0-50 балів

Поточне оцінювання проводиться під час лабораторних занять. Оцінка складається з оцінок за виступи з визначених викладачем тем навчального курсу, а також оцінок за участь в обговоренні виступів та презентаційних матеріалів. Максимальна оцінка за виступи та обговорення не може перевищувати 50 балів. До цієї оцінки додається загальна оцінка підсумкового семестрового контролю (0-50 балів). Максимальна оцінка за поточне оцінювання – 100 балів

### Підсумковий контроль

Загальна система оцінювання	Участь у роботі впродовж семестру (до 50 балів) / підсумковий семестровий контроль (до 50 балів) / письмовий екзамен за 100-бальною шкалою
Шкали оцінювання	Традиційна 4-бальна шкала; 100-бальна шкала; рейтингова шкала ECTS
Умови допуску до заліку (підсумковий контроль за модулем 1) та екзамену (загальний контроль)	Студент відвідав усі практичні заняття і дістав не менш ніж 35 балів за поточну успішність

Вид підсумкового контролю	Методика проведення підсумкового контролю	Критерії зарахування
Підсумкова модульна оцінка	<p>Підсумкова модульна оцінка визначається як середнє арифметичне результатів усіх модульних контролів та виставляється за 100-бальною шкалою, шкалою ECTS та національною шкалою. Переведення даних 100-бальної шкали в оцінки за національною шкалою та шкалою ECTS здійснюється в порядку, зазначеному в додатку 1 до Положення про оцінювання навчальних досягнень студентів УжНУ за кредитно-модульною системою.</p> <p>Студент, який за результатами модульних контролів отримав оцінку "F" (0-34 бали), повинен до проведення підсумкового (семестрового) контролю покращити цю оцінку принаймні до показника "FX" (35-59 балів) під час чергування викладачів на кафедрі.</p> <p>Без такого покращання до підсумкового (семестрового) контролю він не допускається.</p> <p>Оцінювання модульного контрольного тестування за модулем 1 проводиться за 50-бальною шкалою з використанням тестових завдань. Пропонується 25 питань, на кожне питання дається 4 варіанти відповідей, всього 100 варіантів відповідей. Правильними можуть бути від одного до 3 відповідей. Вибрані всі правильні відповіді на одне питання оцінюються у 2 бали. Таким чином максимальна оцінка студента за модульне контрольне тестування – 50 балів. До цієї оцінки додається оцінка за поточне оцінювання від 0 до 50 балів.</p> <p>Загальне оцінювання стану вивчення навчальної дисципліни проводиться після вивчення всіх тем на усному екзамені.</p> <p>Критерії оцінювання усних відповідей на питання екзаменаційного білету при проведенні екзамену:</p> <p><b>Оцінку «зараховано» (90-100 балів, А) –</b> заслуговує студент, який:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- всебічно, систематично і глибоко володіє навчально-програмовим матеріалом;</li> <li>- вміє самостійно виконувати завдання,</li> </ul>	<p>Мінімальна кількість балів – 35</p> <p>Максимальна кількість балів – 100</p>

	<p>передбачені програмою, використовує набуті знання і вміння у нестандартних ситуаціях;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- засвоїв основну і ознайомлений з додатковою літературою, яка рекомендована програмою;</li> <li>- засвоїв взаємозв'язок основних понять дисципліни та усвідомлює їх значення для професії, яку він набуває;</li> <li>- вільно висловлює власні думки, самостійно оцінює різноманітні життєві явища і факти, виявляючи особистісну позицію;</li> <li>- самостійно визначає окремі цілі власної навчальної діяльності, виявив творчі здібності і використовує їх при вивченні навчально-програмового матеріалу, проявив нахил до наукової роботи.</li> </ul> <p><b>Оцінку «зараховано» (82-89 балів, В) –</b> заслуговує студент, який:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- повністю опанував і вільно (самостійно) володіє навчально-програмовим матеріалом, зокрема застосовує його на практиці, має системні знання в достатньому обсязі відповідно до навчально-програмового матеріалу, аргументовано використовує їх у різних ситуаціях;</li> <li>- має здатність до самостійного пошуку інформації, а також до аналізу, постановки і розв'язування проблем професійного спрямування;</li> <li>- під час відповіді допустив деякі неточності, які самостійно виправляє, добирає переконливі аргументи на підтвердження вивченого матеріалу.</li> </ul> <p><b>Оцінку «зараховано» (74-81 бал, С) –</b> заслуговує студент, який:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- в загальному роботу виконав, але відповідає на екзамені з певною кількістю помилок;</li> <li>- вміє порівнювати, узагальнювати, систематизувати інформацію під керівництвом викладача, в цілому самостійно застосовувати на практиці, контролювати власну діяльність;</li> <li>- опанував навчально-програмовий матеріал, успішно виконав завдання, передбачені програмою, засвоїв основну літературу, яка рекомендована програмою;</li> </ul> <p><b>Оцінку «зараховано» (64-73 бали, D) –</b></p>	
--	--	--

	<p>заслуговує студент, який:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знає основний навчально-програмовий матеріал в обсязі, необхідному для подальшого навчання і використання його у майбутній професії;</li> <li>- виконує завдання непогано, але зі значною кількістю помилок;</li> <li>- ознайомлений з основною літературою, яка рекомендована програмою;</li> <li>- допускає на заняттях, чи екзамені помилки при виконанні завдань, але під керівництвом викладача знаходить шляхи їх усунення.</li> </ul> <p><b>Оцінку «зараховано» (60-63 бали, E) –</b> заслуговує студент, який:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- володіє основним навчально-програмовим матеріалом в обсязі, необхідному для подальшого навчання і використання його у майбутній професії, а виконання завдань задовольняє мінімальні критерії. Знання мають репродуктивний характер.</li> </ul> <p><b>Оцінка «не зараховано» (35-59 балів, FX) –</b> виставляється студенту, який:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- виявив суттєві прогалини в знаннях основного програмового матеріалу, допустив принципові помилки у виконанні передбачених програмою завдань.</li> </ul> <p><b>Оцінку «не зараховано» (35 балів, F) –</b> виставляється студенту, який:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- володіє навчальним матеріалом тільки на рівні елементарного розпізнавання і відтворення окремих фактів або не володіє зовсім;</li> <li>- припускається грубих помилок при виконанні завдань, передбачених програмою;</li> <li>- не може продовжувати навчання і не готовий до професійної діяльності після закінчення університету без повторного вивчення даної дисципліни.</li> </ul> <p><a href="https://www.uzhnu.edu.ua/uk/infocentre/get/5952">https://www.uzhnu.edu.ua/uk/infocentre/get/5952</a></p>	
--	--	--

**Шкали оцінювання при підсумковому контролі**

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за складання екзамену за національною шкалою
90-100	A	Відмінно

82-89	B	Добре
74-81	C	
64-73	D	Задовільно
60-63	E	
35-59	FX	Незадовільно з можливістю повторного складання
0-34	F	Незадовільно з обов'язковим повторним проходженням курсу

### 10. Політика курсу

Відповідно до Положення про академічну доброчесність здобувачі вищої освіти зобов'язані самостійно виконувати навчальні завдання, завдання поточного та підсумкового контролю результатів навчання. Викладачі повинні дотримуватися принципу меритократії – оцінювання студентів виключно на підставі їхніх знань і вмінь

<https://www.uzhnu.edu.ua/uk/infocentre/get/12223>

### 11. Література

*Обов'язкова література:*

1. Барчуков И. С. Физическая культура и спорт: методология, теория, практика: Учеб. пособие для студентов вузов по направлению "Педагогика". Москва: Академия, 2011. 525 с.
2. Васильков А. А. Теория и методика спорта: Учебник для студентов вузов. Ростов-на-Дону: Феникс, 2008. 379 с.
3. Келлер В. С., Платонов В. М. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів. Львів: Українська спортивна асоціація, 1992. 269 с.
4. Костюкевич В. М. Теорія і методика спортивної підготовки у запитаннях і відповідях: Навч.-метод. посібник. Вінниця: Планер, 2016. 159 с.
5. Костюкевич В. М. Теорія і методика тренування спортсменів високої кваліфікації: Навч. посібник. Вінниця: Планер, 2007. 273 с.
6. Матвеев Л. П. Общая теория спорта: Учеб. книга для завершающих уровней высшего физкультурного образования. Москва: 4-й филиал Воениздата, 1997. 304 с.
7. Матвеев Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: Учебник для вузов по спец. "Физическая культура и спорт". Санкт-Петербург: Лань, 2005. 384 с.
8. Матвеев Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. Киев: Олимпийская литература, 1999. 317 с.
9. Никитушкин В. Г. Современная подготовка юных спортсменов: Метод. пособие. Москва: Москомспорт, 2009. 112 с.
10. Никитушкин В. Г., Суслов Ф. П. Спорт высших достижений: теория и методика: Учеб. пособие. Москва: Спорт, 2017. 328 с.

11. Озолин Н. Г. Настольная книга тренера. Наука побеждать. Москва: Астрель; АСТ, 2004. 863 с.
  12. Платонов В. М. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Киев: Олимпийская литература, 1997. 583 с.
  13. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практическое приложение. Киев: Олимпийская литература, 2004. 808 с.
- Додаткова література:*
1. Алабин В. Г., Алабин А. В., Бизин В. П. Многолетняя тренировка юных спортсменов. Харьков: Основа, 1993. 244 с.
  2. Аркаев Л. Я., Сучилин Н. Г. Как готовить чемпионов. Москва: Физкультура и спорт, 2004. 328 с.
  3. Білоус В. І. Спортивно-педагогічне вдосконалення (спортивні ігри): Навч. посібник для студ. ф-тів фіз. виховання пед. університетів та інститутів. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський державний педагогічний університет, інформаційно-видавничий відділ, 1998. 236 с.
  4. Волков Л. В. Теория и методика детского и юношеского спорта: Учеб. пособие. Киев: Олимпийская литература, 2002. 295 с.
  5. Дьячков В. М. Совершенствование технического мастерства спортсменов. Москва: Физкультура и спорт, 1972. 231 с.
  6. Клименко В. В. Психологія спорту: Навч. посібник. Київ: МАУП, 2006. – 432 с.
  7. Основы управления подготовкой юных спортсменов: Учеб. пособие [Под ред. М. А. Набатниковой]. Санкт-Петербург: Центр, 2004. 179 с.
  8. Павлов С. Е. Восстановление в спорте. Теоретические и практические аспекты. *Теория и практика физической культуры*. 2000. № 1. С. 23-26.
  9. Петровский В. В. Организация спортивной тренировки. *Спорт*. 2005. № 7. С. 12-14.
  10. Пітин М. Теоретична підготовка в спорті: Монографія. – Львів: ЛДУФК, 2015. 372 с.
  11. Платонов В. Н. Спорт высших достижений и подготовка национальных команд к олимпийским играм. Москва: Советский спорт, 2010. 310 с.
  12. Платонов В. М. Теорія спортивного відбору: здібності, обдарованість, талант. Київ: Вежа, 1997. 128 с.
  13. Платонов В. М., Булатова М. М. Фізична підготовка спортсмена. Київ: Олімпійська література, 1995. 320 с.
  14. Приходько И. И., Левадня С. А., Кравченко Т. А. Система подготовки спортивного резерва в Украине. *Сучасні технології у сфері фізичного виховання, спорту та валеології: Збірник наукових праць за матеріалами III міжнародної наук.-практ. конференції*. Київ: Академія ВВМВС України, 2009. С. 90-96.
  15. Родионов А. В. Психология физического воспитания и спорта: Учебник для ВУЗов. Москва: Академический Проект, 2004. 216 с.
  16. Сергієнко Л. П. Спортивний відбір: теорія та практика. У 2-х кн. Кн. 1: Теоретичні основи спортивного відбору; Кн. 2: Відбір у різні види спорту. Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2009.

17. Сергієнко Л. П. Теорія та методика дитячого і юнацького спорту: Підручник. Київ: Кондор-видавництво, 2016. 542 с.
18. Теоретическая подготовка юных спортсменов / Под общ. ред. Ю. Ф. Буйлина, Ю. Ф. Курамшина. Москва: Физкультура и спорт, 2003. 192 с.
19. Туманян Г. С. Стратегия подготовки чемпионов: настольная книга тренера. Москва: Советский спорт, 2006. 494 с.
20. Шапошникова В. И. Индивидуализация и прогноз в спорте. Москва: Физкультура и спорт, 1994. 160 с.
21. Шустин Б. Н. Моделирование и прогнозирование в системе спортивной подготовки. Современная система спортивной подготовки. Москва: СААМ, 1995. 194 с.
22. Энциклопедия Олимпийского спорта. [Под общ. ред. В. Н. Платонова]. В 5-и т. Киев: Олимпийская литература, 2004.

*Додаткова література з окремих видів спорту:*

1. Андрейчук В. Я. Методичні основи гирьового спорту: Навч. посібник. Львів: Тріада плюс, 2007. 500 с.
2. Бабич В. В. Система подготовки горнолыжников: Учеб. пособие / В. В. Бабич. Сочи: Ясная Поляна, 2006. 258 с.
3. Бельский И. В. Основы специальной силовой подготовки высококвалифицированных спортсменов в тяжелоатлетических видах спорта. Минск: Технопринт, 2000. 206 с.
4. Борисов О. О., Данилко М. Т., Курочкін В. Г. Методика викладання хокею з шайбою: Навч. посібник. Київ: Міленіум, 2006. 414 с.
5. Виноградов Г. П. Атлетизм: теория и методика, технология спортивной тренировки: Учебник. Москва: Спорт, 2017. 408 с.
6. Вуттен М. Как добиться успехов в подготовке баскетболистов. Москва: ТВТ Дивизион, 2008. 400 с.
7. Годик М. А. Физическая подготовка футболистов. Москва: Терра-спорт; Олимпия Пресс, 2006. 272 с.
8. Гомельский А. Я. Баскетбол: секреты мастера. 1000 баскетбольных упражнений. Москва: Фаир; Гранд, 1997. 224 с.
9. Жубер Ж. Горные лыжи: Техника и мастерство. Москва: Профиздат, 2001. 158 с.
10. Игнатьева В. Я. Подготовка игроков в гандбол в спортивных школах: учеб.-метод. пособие. Москва: Советский спорт, 2013. 288 с.
11. Игнатьева В. Я. Теория и методика гандбола: Учебник. Москва: Спорт, 2016. 329 с.
12. Костюкевич В. Т. Управление тренировочным процессом футболистов в годичном цикле подготовки. Винница: Планер, 2006. 682 с.
13. Кудрицкий В. Н. Гандбол. Техника, тактика игры и методика обучения. Брест: Брестский гос. тех. ун-т, 2002. 142 с.
14. Лисенчук Г. А. Управление подготовкой футболистов. Киев: Олимпийская литература, 2003. 272 с.
15. Лыжный спорт: Учебник. [Под ред. В. Д. Евстратова, Б. И. Сергеева,

- Г. Б. Чукардина]. Москва: Физкультура и спорт, 1989. 319 с.
16. Люкшинов Н. М. Искусство подготовки высококлассных футболистов: Науч.-метод. пособие. Москва: Советский спорт, 2003. 416 с.
  17. Микіч М. С. Система спортивної підготовки легкоатлетів: сучасний погляд: Навч.-метод. посібник. Львів: ЛДФК, 2005. 41 с.
  18. Монаков Г. В. Подготовка футболистов. Теория и практика. Москва: Советский спорт, 2007. 285 с.
  19. Никонов Ю. В. Подготовка квалифицированных хоккеистов. Киев: Олимпийская литература, 2008. 215 с.
  20. Никонов Ю. В. Подготовка юных хоккеистов. Киев: Олимпийская литература, 2008. 271 с.
  21. Олешко В. Г. Моделювання процесу підготовки та відбір спортсменів у силових видах спорту: Монографія. Київ: ДМП "Полімед", 2005. 254 с.
  22. Олешко В. Г. Підготовка спортсменів у силових видах спорту: Навч. посібник. Київ: ДІА, 2011. 444 с.
  23. Олешко В. Г. Силові види спорту: Підручник. Київ: Олімпійська література, 1999. 288 с.
  24. Пістун А. І. Спортивна боротьба: Навч. посібник. Львів: Тріада плюс, 2008. 864 с.
  25. Платонов В. Н., Вайцеховский С. М. Тренировка пловцов высокого класса. Москва: Физкультура и спорт, 1985. 236 с.
  26. Полищук Д. А. Велосипедный спорт. Киев: Олимпийская литература, 1997. 344 с.
  27. Поплавський Л. Ю. Баскетбол: Навч. видання. Київ: Олімпійська література, 2004. 448 с.
  28. Роман Р. А. Тренировка тяжелоатлета. Москва: Физкультура и спорт, 1998. 32 с.
  29. Рон Ле Мастер. Мастерство горнолыжника. Секреты правильной техники. [Пер. М. Иванова; Ред. В. Е. Рыбицкий]. Москва: АСТ, 2010. 160 с.
  30. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения: Учебник для студ. высш. учеб. заведений. [Под ред. Ю. Д. Железняк, Ю. М. Портнова]. 3-е изд., стереотип. Москва: Академия, 2006. 520 с.
  31. Стеценко Ю. Н., Никоноров А. Н. Подготовка гребцов. Киев: Здоровье, 1985. 120 с.
  32. Суслов Ф. П., Максименко Г. Н., Никитушкин В. Г. и др. Подготовка сильнейших бегунов мира. Киев: Здоровье. 1990. 208 с.
  33. Тер-Ованесян И. А. Подготовка легкоатлета. Современный взгляд. Москва: Терра спорт, 2000. 187 с.
  34. Филимонов В. И. Бокс. Педагогические основы обучения и совершенствования. Москва: "ИНСАН", 2001. 400 с.
  35. Хромаев З. М., Поплавский Л. Ю., Защук Г. С. Тетрадь тренера по баскетболу. Киев: Украина, 2003. 128 с.

## **12. Обладнання, матеріально-технічне і програмне забезпечення**

*Обладнання:* мультимедійне.

*Програмне забезпечення:* робоча програма; електронні варіанти лекцій, презентації лекційного матеріалу, методичні рекомендації до практичних занять та самостійної роботи.

### **13. Додаткова інформація**

Інша важлива для студента інформація, не включена до стандартного опису, наприклад, контактні дані відповідального за освітній процес на кафедрі, інформація про науковий гурток кафедри, маршрути заняття, забезпечення вимог до охорони праці, місце проведення занять – на сторінках веб-сайту кафедри:

[https://www.uzhnu.edu.ua/uk/cat/health-dep\\_ksport](https://www.uzhnu.edu.ua/uk/cat/health-dep_ksport)

Укладач силабуса: Бондарчук Н. Я., канд. наук з фіз. вих. і спорту, доцент

\_\_\_\_\_ (підпис)

Завідувач кафедри: Маріонда І. І., канд. пед. наук, доцент

\_\_\_\_\_ (підпис)