

**ДЕРЖАВНИЙ ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД  
«УЖГОРОДСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»  
ФАКУЛЬТЕТ ЗДОРОВ'Я ТА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ  
Кафедра фізичного виховання**

**«ЗАТВЕРДЖУЮ»**  
декан факультету здоров'я та  
фізичного виховання  
Сивохоп Е. М.  
« 30 » 06 2025 р.



**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ  
ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ТРЕНЕРСЬКОЇ ДІЯЛЬНОСТІ  
В ОБРАНМУ ВИДІ СПОРТУ**

**Рівень вищої освіти: перший (бакалаврський) рівень**  
**Галузь знань: 01-Освіта/Педагогіка**  
**Спеціальність: 017 Фізична культура і спорт**  
**Освітня програма: Фізична культура і спорт**  
**Статус дисципліни: Вибіркова**  
**Мова навчання: Українська**

**Ужгород 2025**

Робоча програма «Теорія та методика тренерської діяльності в обраному виді спорту» для здобувачів вищої освіти галузі знань **01-Освіта/Педагогіка**, спеціальності **017 «Фізична культура і спорт»**, освітньої програми **Фізична культура і спорт**.

Розробник: **Тулайдан В.Г.**, канд. наук з фіз. вих. і спорту, доцент.

Робочу програму розглянуто та затверджено на засіданні **кафедри фізичного виховання**

протокол № 13 від 26 червня 2025 року

Завідувач кафедри ФВ \_\_\_\_\_  Семаль Н. В.

Схвалено науково-методичною комісією факультету здоров'я та фізичного виховання протокол № 12 від 30 червня 2025 року

Голова науково-методичної комісії \_\_\_\_\_  Філак Ф. Г.

## 1. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Найменування показників	Розподіл годин за навчальним планом	
	Денна форма навчання	Заочна форма навчання
Кількість кредитів ЄКТС – <b>3</b>	Рік підготовки:	
Загальна кількість годин – <b>90</b>	3-й	
Кількість модулів – <b>1</b>	Семестр:	
Тижневих годин для денної форми навчання: <b>4</b> аудиторних – <b>2</b> самостійної роботи студента – <b>2</b>	6-й	
	Лекції:	
	10	
	Практичні (семінарські):	
	-	
Вид підсумкового контролю: <b>залік</b>	Лабораторні:	
	50	
Форма підсумкового контролю: <b>комп'ютерне тестування</b>	Самостійна робота:	
	40	

## 2. МЕТА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Метою вивчення навчальної дисципліни «Теорія та методика тренерської діяльності в обраному виді спорту» є формування у студентів сучасного системного мислення та комплексу професійно-педагогічних базових знань, умінь і навичок сучасного тренера з обраного виду спорту.

Відповідно до освітньої програми, вивчення дисципліни сприяє формуванню у здобувачів вищої освіти таких компетентностей:

*Загальних:*

- *здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями;*
- *здатність працювати в команді, застосовувати навички міжособистісної взаємодії;*
- *здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів);*
- *здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.*

*Фахових:*

- *здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості;*
- *здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини;*
  - *здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію особистості у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи;*
  - *здатність аналізувати прояви психіки людини під час занять фізичною культурою і спортом.*

## 3. ПЕРЕДУМОВИ ДЛЯ ВИВЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Передумовами вивчення навчальної дисципліни «Теорія та методика тренерської діяльності в обраному виді спорту» є опанування таких навчальних дисциплін (НД) освітньої програми (ОП):

- ОК 2 – Українська мова за професійним спрямуванням;
- ОК 5 – Анатомія людини з основами динамічної морфології;
- ОК 6 – Фізіологія людини;
- ОК 7 – Біохімія;
- ОК 8 – Фізіологія рухової активності;
- ОК 23 – Історія фізичної культури і спорту;
- ОК 19 – Теорія і методика фізичного виховання і спорту;
- ОК 21 – Педагогіка фізичного виховання і спорту;
- ОК 22 – Психологія фізичного виховання і спорту;
- ОК 26 – Гімнастика і методика викладання;
- ОК 27 – Футбол і методика викладання;
- ОК 28 – Волейбол і методика викладання;
- ОК 29 – Легка атлетика і методика викладання;
- ОК 33 – Спортивна спеціалізація з методикою викладання;
- ОК 36 – Навчально-педагогічна практика.

#### **4. ОЧІКУВАНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ**

Відповідно до освітньої програми «**Теорія та методика тренерської діяльності в обраному виді спорту**», вивчення навчальної дисципліни повинно забезпечити досягнення здобувачами вищої освіти таких програмних результатів навчання (ПРН):

- Оцінка рухової активності людини та її фізичного стану, складання і реалізація програм тренування з обраного виду спорту;
- Застосування у професійній діяльності знань анатомічних, фізіологічних, біохімічних та гігієнічних аспектів занять в обраному виді спорту;
- Використання набутих теоретичних знань для розв'язання практичних завдань;
- Демонстрація ґрунтовних знань і вмінь планувати тренувальний процес в обраному виді спорту.

Очікувані результати навчання, які повинні бути досягнуті здобувачами освіти після опанування навчальної дисципліни «**Теорія та методика тренерської діяльності в обраному виді спорту**»:

- Засвоєння нової фахової інформації, оцінка і реалізація власного досвіду;
- Навчання спортсменів руховим діям і розвиток їх рухових якостей в умовах використання різних організаційно-методичних форм побудови тренувального процесу;
- Оцінка рухової активності спортсмена та його фізичного стану з метою забезпечення ефективної спортивної адаптації, оптимальних обсягів та інтенсивності фізичних навантажень;
- Застосування у тренерській діяльності знань анатомічних, фізіологічних, біохімічних, біомеханічних та гігієнічних аспектів спортивного тренування;
- Використання набутих теоретичних знань для розв'язання практичних завдань спортивного відбору, побудови процесу спортивної підготовки на різних його етапах, планування і контролю даного процесу, регулювання фізичних навантажень.

#### **5. ЗАСОБИ ДІАГНОСТИКИ ТА КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ**

**Засоби оцінювання та методи демонстрування результатів навчання.**

Засобами оцінювання та методами демонстрування результатів навчання з навчальної дисципліни «**Теорія та методика тренерської діяльності в обраному виді спорту**» є:

- виконання індивідуальних і групових письмових завдань;
- виконання і захист лабораторних занять;
- виконання самостійної роботи;
- модульна контрольна робота;
- залік.

**Форми контролю та критерії оцінювання результатів навчання**

**Форми поточного контролю:** перевірка конспектів лекцій; оцінювання участі в обговоренні проблемних питань за темою лекційного заняття; звіт про виконане

домашнє завдання; презентація підготовленого заздалегідь завдання; виконання модульної контрольної роботи.

**Форма модульного контролю:** комп'ютерне тестування.

**Форми підсумкового семестрового контролю:** залік.

**Розподіл балів, які дістають здобувачі вищої освіти денної форми навчання в рамках поточного оцінювання та модульного контролю**

Поточне оцінювання						Сума балів
Теми: 1 - 5	Теми: 6 – 10	Теми: 11 – 15	Теми: 16 – 20	Теми: 21 - 24	Модульний контроль	100
10	10	10	10	10	50	

Модульне поточне оцінювання проводиться під час навчання. Оцінка складається з оцінок за участь в обговоренні проблемних питань за темами лекцій, за звіти про виконані індивідуальні чи групові письмові завдання, презентації виконаних індивідуальних чи групових письмових завдань, за допуск до лабораторних занять, виконання їх завдань і захист, а також за виконання модульної контрольної роботи. Максимальна оцінка за поточне оцінювання – 100 балів.

Види діяльності здобувача вищої освіти	Кількість	Максимальна кількість балів (сумарна)
Участь в обговоренні проблемних питань за темою лекційного заняття	2	5
Звіт про виконане індивідуальне чи групове письмове завдання	3	10
Презентація виконаного індивідуального чи групового письмового завдання	5	15
Лабораторні заняття (допуск, виконання, захист)	25	10
Самостійна робота	30	10
Модульна контрольна робота	1	50
<b>Разом</b>		100

**Критерії оцінювання модульної контрольної роботи**

Модульна контрольна робота проводиться у формі комп'ютерного тестування. Критеріями оцінювання виконання роботи є кількість правильних відповідей на тестові завдання. Студентові пропонується 25 тестових завдань з правильними та неправильними відповідями (всього 4). Правильні відповіді в кожному завданні (від 1 до 3) оцінюються в 2 бали. Таким чином максимальна оцінка студента за модульне контрольне тестування - 50 балів. До цієї оцінки додається оцінка за модульне поточне оцінювання від 0 до 50 балів.

## Критерії оцінювання підсумкового семестрового контролю

За підсумковим семестровим контролем здійснюється оцінювання студентів, які за результатами поточного оцінювання та модульного контролю набрали менш ніж 60 балів. За допомогою комп'ютерного тестування в рамках підсумкового семестрового контролю оцінюється ступінь освоєння пройденого матеріалу за рейтинговою оцінкою, яка виставляється здобувачу вищої освіти першого (бакалаврського) рівня. Підсумковий семестровий контроль за першим модулем здійснюється у формі **заліку** із застосуванням комп'ютерного тестування.

Критеріями оцінювання на заліку є кількість правильних відповідей на тестові завдання. Студентові пропонується 25 тестових завдань з правильними та неправильними відповідями (всього 4). Правильні відповіді в кожному завданні (від 1 до 3) оцінюються в 2 бали. Залік зараховується студенту, який набрав у сумі від 25 до 50 балів.

Підсумковий семестровий контроль за другим модулем і загалом за курсом проводиться у формі **заліку** із застосуванням комп'ютерного тестування. Це форма підсумкового контролю, що передбачає оцінювання рівня засвоєння здобувачем освіти теоретичного та практичного матеріалу з навчальної дисципліни за курс, що відбувається як окремий контрольний захід. Форма проведення екзамену – комп'ютерне тестування, вид завдань – тести.

Мінімальна кількість балів, яку може набрати здобувач освіти за поточну навчальну діяльність за семестр для допуску до екзамену, становить 35 балів. Якщо здобувач освіти за поточний контроль отримав менше ніж 35 балів, він не може бути допущеним до екзамену.

Студентові пропонується 25 тестових завдань з правильними та неправильними відповідями (всього 4). Правильні відповіді в кожному завданні (від 1 до 3) оцінюються в 2 бали. Екзамен вважається складеним, якщо студент набрав у сумі від 60 до 100 балів.

Оцінки студентам за результатами підсумкового семестрового контролю виставляються на основі загальної шкали оцінювання (рейтингової, національної та ECTS).

### Загальна шкала оцінювання: рейтингова, національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за складання заліку за національною шкалою
90-100	A	Зараховано
82-89	B	
74-81	C	
64-73	D	
60-63	E	
35-59	FX	Не зараховано з можливістю повторного складання

0-34	F	Не зараховано з обов'язковим повторним проходженням курсу
------	---	---

**Вимоги до знань здобувачів освіти на екзамені.**

Оцінку «**відмінно**» (**90-100 балів, А**) заслуговує студент, який:

- всебічно, систематично і глибоко володіє навчально-програмовим матеріалом;
- вміє самостійно виконувати завдання, передбачені програмою, використовує набуті знання і вміння у нестандартних ситуаціях;
- засвоїв основну і ознайомлений з додатковою літературою, яка рекомендована програмою;
- засвоїв взаємозв'язок основних понять дисципліни та усвідомлює їх значення для професії, яку він набуває;
- вільно висловлює власні думки, самостійно оцінює різноманітні життєві явища і факти, виявляючи особистісну позицію;
- самостійно визначає окремі цілі власної навчальної діяльності, виявив творчі здібності і використовує їх при вивченні навчально-програмового матеріалу, проявив нахил до наукової роботи.

Оцінку «**добре**» (**82-89 балів, В**) заслуговує студент, який:

- повністю опанував і вільно (самостійно) володіє навчально-програмовим матеріалом, в тому числі застосовує його на практиці, має системні знання в достатньому обсязі відповідно до навчально-програмового матеріалу, аргументовано використовує їх у різних ситуаціях;
- має здатність до самостійного пошуку інформації, а також до аналізу, постановки і розв'язування проблем професійного спрямування;
- під час відповідей на питання допустив деякі неточності.

Оцінку «**добре**» (**74-81 бал, С**) заслуговує студент, який:

- в загальному роботу виконав, але припустився певної кількості помилок у відповідях;
- вміє порівнювати, узагальнювати, систематизувати інформацію під керівництвом викладача, в цілому самостійно застосовувати на практиці, контролювати власну діяльність;
- опанував навчально-програмовий матеріал, успішно виконав завдання, передбачені програмою, засвоїв основну літературу, яка рекомендована програмою.

Оцінку «**задовільно**» (**64-73 бали, D**) заслуговує студент, який:

- знає основний навчально-програмовий матеріал в обсязі, необхідному для подальшого навчання і використання його у майбутній професії;
- виконав завдання непогано, але зі значною кількістю помилок;
- ознайомлений з основною літературою, яка рекомендована програмою;

Оцінку «**задовільно**» (**60-63 бали, E**) заслуговує студент, який:

- 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.

Оцінка «**незадовільно**» (**35-59 балів, FX**) виставляється студенту, який:

- виявив суттєві прогалини в знаннях основного програмового матеріалу, допустив принципові помилки у виконанні тестових завдань.

Оцінка «**незадовільно**» (**менше 35 балів, F**) виставляється студенту, який:

- володіє навчальним матеріалом тільки на рівні елементарного розпізнавання і

відтворення окремих фактів або не володіє зовсім;

- припускається грубих помилок при виконанні тестових завдань;

- не може продовжувати навчання і не готовий до професійної діяльності після закінчення університету без повторного вивчення даної дисципліни.

## **6. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

### **6.1. Зміст навчальної дисципліни**

#### **Лекційні заняття**

##### ***Денна форма навчання***

**Тема 1.** Теоретичні основи фізкультурно-спортивної діяльності у професійній готовності тренера з виду спорту.

**Тема 2.** Сучасний тренер в педагогічній системі.

**Тема 3.** Функціональні аспекти діяльності тренера з виду спорту.

**Тема 4.** Організація фізкультурно-спортивної діяльності осіб з інвалідністю.

**Тема 5.** Професійна підготовленість тренера по адаптивним видам спорту як фактор ефективності підготовки спортсменів з інвалідністю.

#### **Лабораторні заняття**

##### ***Денна форма навчання***

**Тема 1.** Джерела інформації з вивчення фізкультурно-спортивної діяльності.

**Тема 2.** Оздоровчі, виховні та освітні завдання фізкультурно-спортивної діяльності.

**Тема 3.** Напрями використання фізкультурно-спортивної діяльності.

**Тема 4.** Заняття у групах здоров'я.

**Тема 5.** Характеристика організації занять у групах загальної фізичної підготовки (ЗФП).

**Тема 6.** Характеристика організації занять у групах спеціальної фізичної підготовки (СФП).

**Тема 7.** Особливості роботи у спортивних секціях.

**Тема 8.** Фізкультурно-спортивні клуби (ФСК) та їхні об'єднання.

**Тема 9.** Планування і методики проведення індивідуальних занять.

**Тема 10.** Рівень початкової підготовки.

**Тема 11.** Рівень поглибленої спеціалізації.

**Тема 12.** Рівень базової майстерності.

**Тема 13.** Рівень вищої спортивної майстерності.

**Тема 14.** Планування тренером із виду спорту процесу підготовки спортсменів.

**Тема 15.** Проблеми соціальної і фізичної реабілітації осіб з інвалідністю.

**Тема 16.** Структура і зміст фізичного виховання і спорту осіб з інвалідністю.

**Тема 17.** Рухові вміння і навички як арсенал життєво важливих рухових дій.

**Тема 18.** Форми і засоби фізичної терапії осіб з інвалідністю.

**Тема 19.** Методичні аспекти організації тренувальних занять.

**Тема 20.** Спорт інвалідів.

**Тема 21.** Психологічне забезпечення тренувального процесу.

- Тема 22.** Формування оптимальної структури спортивної мотивації
- Тема 23.** Формування психологічної структури спортивної діяльності.
- Тема 24.** Психологічне забезпечення підготовки спортсменів до змагань на етапі початкової спортивної спеціалізації.
- Тема 25.** Актуалізація мотивації змагання і мотивації досягнення успіху.

### **Самостійна робота**

#### ***Денна форма навчання***

- Тема 1.** Мета і завдання спортивного тренування в обраному виді спорту.
- Тема 2.** Принципи спортивного тренування в обраному виді спорту.
- Тема 3.** Завдання та особливості спортивного тренування в підготовчому періоді річної спортивної підготовки в обраному виді спорту.
- Тема 4.** Основні закономірності адаптації у спортсменів в обраному виді спорту.
- Тема 5.** Формування термінових і довготривалих адаптаційних реакцій під час м'язової роботи спортсмена з обраного виду спорту.
- Тема 6.** Специфіка реалізації принципу спрямованості до максимальних досягнень в процесі спортивного тренування.
- Тема 7.** Специфіка реалізації принципу поглибленої спеціалізації та індивідуалізації в процесі спортивного тренування.
- Тема 8.** Єдність загальної і спеціальної підготовки в процесі спортивного тренування.
- Тема 9.** Хвилеподібність і варіативність навантажень в процесі спортивного тренування.
- Тема 10.** Циклічність процесу підготовки спортивного тренування.
- Тема 11.** Емоційна сфера в психологічній підготовці спортивного тренування.
- Тема 12.** Засоби регуляції психологічної підготовки в процесі спортивного тренування.
- Тема 13.** Стани, пов'язані з оцінкою результатів спортивної діяльності в процесі спортивного тренування.
- Тема 14.** Мотиваційна сфера в процесі спортивного тренування.
- Тема 15.** Способи регуляції психологічних станів в процесі спортивного тренування.

Назви тем	Кількість годин											
	Форма навчання											
	Денна						Заочна					
	Всього	Лекції	Практичні (семінарські)	Лабораторні	Індивідуальна робота	Самостійна робота	Всього	Лекції	Практичні (семінарські)	Лабораторні	Індивідуальна робота	Самостійна робота
1. Теоретичні основи фізкультурно-спортивної діяльності у професійній готовності тренера з виду спорту	2	2	-	-	-	-			-	-	-	-
2. Сучасний тренер в педагогічній системі	2	2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
3. Функціональні аспекти діяльності тренера з виду спорту	2	2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
4. Організація фізкультурно-спортивної діяльності осіб з інвалідністю	2	2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
5. Профессиональная подготовленность тренера по адаптивным видам спорта как фактор эффективности подготовки спортсменов с Инвалидностью	2	2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
6. Джерела інформації з вивчення фізкультурно-спортивної діяльності	2	-	-	2	-	-	-	-	-	-	-	-
7. Оздоровчі, виховні та освітні завдання фізкультурно-спортивної діяльності	2	-	-	2	-	-						
8. Напрями використання фізкультурно-спортивної діяльності	2	-	-	2	-	-						
9. Заняття у групах здоров'я	2	-	-	2	-	-						
10. Характеристика організації занять у групах загальної фізичної підготовки (ЗПФ)	2	-	-	2	-	-						
11. Характеристика організації занять у групах спеціальної фізичної підготовки (СФП)	2	-	-	2	-	-						
12. Особливості роботи у спортивних секціях	2	-	-	2	-	-						
13. Фізкультурно-спортивні клуби (ФСК) та їхні об'єднання	2	-	-	2	-	-						
14. Планування і методики проведення індивідуальних занять	2	-	-	2	-	-						
15. Рівень початкової підготовки	2	-	-	2	-	-						

16. Рівень поглибленої спеціалізації	2	-	-	2	-	-						
17. Рівень базової майстерності	2	-	-	2	-	-						
18. Рівень вищої спортивної майстерності	2	-	-	2	-	-						
19. Планування тренером із виду спорту процесу підготовки спортсменів	2	-	-	2	-	-						
20. Проблеми соціальної і фізичної реабілітації осіб з інвалідністю	2	-	-	2	-	-						
21. Структура і зміст фізичного виховання і спорту осіб з інвалідністю	2	-	-	2	-	-						
22. Рухові вміння і навички як арсенал життєво важливих рухових дій	2	-	-	2	-	-						
23. Форми і засоби фізичної терапії осіб з інвалідністю	2	-	-	2	-	-						
24. Методичні аспекти організації тренувальних занять	2	-	-	2	-	-						
25. Спорт інвалідів	2	-	-	2	-	-						
26. Психологічне забезпечення тренувального процесу	2	-	-	2	-	-						
27. Формування оптимальної структури спортивної мотивації	2	-	-	2	-	-						
28. Формування психологічної структури спортивної діяльності	2	-	-	2	-	-						
29. Психологічне забезпечення підготовки спортсменів до змагань на етапі початкової спортивної спеціалізації	2	-	-	2	-	-						
30. Актуалізація мотивації змагання і мотивації досягнення успіху	2	-	-	2	-	-						
31. Мета і завдання спортивного тренування в обраному виді спорту	2	-	-	-	-	2						
32. Принципи спортивного тренування в обраному виді спорту	2	-	-	-	-	2						
33. Завдання та особливості спортивного тренування в підготовчому періоді річної спортивної підготовки в обраному виді спорту	2	-	-	-	-	2						
34. Основні закономірності адаптації у спортсменів в обраному виді спорту	2	-	-	-	-	2						
35. Формування термінових і довготривалих адаптаційних реакцій під час м'язової роботи спортсмена з обраного виду спорту	2	-	-	-	-	2						

36. Специфіка реалізації принципу спрямованості до максимальних досягнень в процесі спортивного тренування	2	-	-	-	-	2						
37. Специфіка реалізації принципу поглибленої спеціалізації та індивідуалізації в процесі спортивного тренування	2	-	-	-	-	2						
38. Єдність загальної і спеціальної підготовки в процесі спортивного тренування	2	-	-	-	-	2						
39. Хвилеподібність і варіативність навантажень в процесі спортивного тренування	2	-	-	-	-	2						
40. Циклічність процесу підготовки в процесі спортивного тренування	2	-	-	-	-	2						
41. Емоційна сфера в психологічній підготовці спортивного тренування	2	-	-	-	-	2						
42. Засоби регуляції психологічної підготовки в процесі спортивного тренування	2	-	-	-	-	2						
43. Стани, пов'язані з оцінкою результатів спортивної діяльності в процесі спортивного тренування	2	-	-	-	-	2						
44. Мотиваційна сфера в процесі спортивного тренування	2	-	-	-	-	2						
45. Способи регуляції психологічних станів в процесі спортивного тренування	2	-	-	-	-	2						
<b>Всього годин</b>	<b>90</b>	<b>10</b>	<b>-</b>	<b>50</b>	<b>-</b>	<b>30</b>						

### 6.3. Теми лабораторних занять

Назва теми	Кількість годин	
	Денна	Заочна
1. Джерела інформації з вивчення фізкультурно-спортивної діяльності	2	-
2. Оздоровчі, виховні та освітні завдання фізкультурно-спортивної діяльності	2	-
3. Напрями використання фізкультурно-спортивної діяльності	2	-
4. Заняття у групах здоров'я	2	-
5. Характеристика організації занять у групах загальної фізичної підготовки (ЗФП)	2	-
6. Характеристика організації занять у групах спеціальної фізичної підготовки (СФП)	2	-
7. Особливості роботи у спортивних секціях	2	-
8. Фізкультурно-спортивні клуби (ФСК) та їхні об'єднання	2	-
9. Планування і методики проведення індивідуальних занять	2	-
10. Рівень початкової підготовки	2	-

11. Рівень поглибленої спеціалізації	2	-
12. Рівень базової майстерності	2	-
13. Рівень вищої спортивної майстерності	2	-
14. Планування тренером із виду спорту процесу підготовки спортсменів	2	-
15. Проблеми соціальної і фізичної реабілітації осіб з інвалідністю	2	-
16. Структура і зміст фізичного виховання і спорту осіб з інвалідністю	2	-
17. Рухові вміння і навички як арсенал життєво важливих рухових дій	2	-
18. Форми і засоби фізичної терапії осіб з інвалідністю	2	-
19. Методичні аспекти організації тренувальних занять	2	-
20. Спорт інвалідів	2	-
21. Психологічне забезпечення тренувального процесу	2	-
22. Формування оптимальної структури спортивного мотивації	2	-
23. Формування психологічної структури спортивної діяльності	2	-
24. Психологічне забезпечення підготовки спортсменів до змагань на етапі початкової спортивної спеціалізації	2	-
25. Актуалізації мотивація змагання і мотивації досягнення успіху	2	-
<b>Разом</b>	<b>50</b>	<b>-</b>

#### 6.4. Самостійна робота

Назва теми	Кількість годин	
	Денна	Заочна
1. Мета і завдання тренерської діяльності в обраному виді спорту	2	-
2. Принципи спортивної підготовки в обраному виді спорту	2	-
3. Завдання та особливості спортивного тренування в підготовчому періоді річної спортивної підготовки в обраному виді спорту	2	-
4. Основні закономірності адаптації у спортсменів в обраному виді спорту	2	-
5. Формування термінових і довготривалих адаптаційних реакцій під час м'язової роботи спортсмена з обраного виду спорту	2	-
6. Специфіка реалізації принципу спрямованості до максимальних досягнень в процесі спортивного тренування	2	-
7. Специфіка реалізації принципу поглибленої спеціалізації та індивідуалізації в процесі спортивного тренування	2	-
8. Єдність загальної і спеціальної підготовки в процесі спортивного тренування	2	-
9. Хвилеподібність і варіативність навантажень в процесі спортивного тренування	2	-
10. Циклічність процесу підготовки спортивного тренування	2	-
11. Емоційна сфера в психологічній підготовці спортивного тренування	2	-
12. Засоби регуляції психологічної підготовки в процесі спортивного тренування	2	-
13. Стани, пов'язані з оцінкою результатів спортивної діяльності в процесі спортивного тренування	2	-
14. Мотиваційна сфера в процесі спортивного тренування	2	-
15. Способи регуляції психологічних станів в процесі спортивного тренування	2	-

Разом	30	-
-------	----	---

## 7. ІНСТРУМЕНТИ, ОБЛАДНАННЯ ТА ПРОГРАМНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ, ВИКОРИСТАННЯ ЯКИХ ПЕРЕДБАЧАЄ НАВЧАЛЬНА ДИСЦИПЛІНА

Вивчення вибіркової навчальної дисципліни «Теорія і методика тренерської діяльності в обраному виді спорту» передбачає використання такого інструментарію як робоча програма, електронні варіанти лекцій, презентації лекційного матеріалу, методичні рекомендації до лабораторних занять та самостійної роботи. Здобувачі вищої освіти мають вільний доступ до студентської бібліотеки, зокрема до її книжкових фондів і читальних залів, віртуального навчального середовища Moodle та Google Meet, навчальних і робочих планів через платформу Інфо-центру, графіків навчального процесу, навчально-методичних комплексів дисциплін, програм педагогічної та іншої практики, дидактичних матеріалів і методичних рекомендацій до лабораторних занять та самостійної роботи.

Основним технічним засобом вивчення навчальної дисципліни «Теорія і методика тренерської діяльності в обраному виді спорту» є персональний комп'ютер (ноутбук).

Найважливішим інструментом програмного забезпечення дистанційного навчання і джерелом відеокommунікації зі студентами є сервіс віртуального навчального середовища Google Meet, що використовується для проведення лекційних і лабораторних занять у режимі відео-телефонного зв'язку. Сервіс підтримує демонстрацію робочого стола одного користувача для інших, до нього можуть одночасно бути додані до 100 учасників відеозв'язку. Для участі не потрібна додаткова реєстрація, достатньо мати обліковий запис у мережі Google. За стосунок Google Meet ефективно працює як на персональному комп'ютері (ноутбучі), так і на смартфоні або планшеті.

## 8. РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

### Основна література

1. Бріскін Ю. А. Спорт інвалідів / Ю. А. Бріскін. – Київ : Олімпійська література, 2006. – 263 с.
2. Костюкевич В. М. Теорія і методика спортивної підготовки у запитаннях і відповідях: навч.-метод. посібник. Вінниця: Планер, 2016. 159 с.
3. Кутек Т. Б., Вовченко І. І. Основи теорії і методики спортивної підготовки: навч. посібник. Житомир: Житомирський державний університет ім. І. Франка, 2022. 108 с.
4. Линець М. М., Чичкан О. А., Хіменес Х. Р., Базильчук О. В., Гнатчук Я. І., Хохла А. І., Андрес А. С. Диференціація фізичної підготовки спортсменів: монографія. Львів: Українські технології, 2017. 303 с.
5. Олійник Н.А., Войтенко С.М. Психологічні особливості спортивної діяльності: Монографія. – Вінниця: ВНАУ, 2020. – 240 с.
6. Пітин М. П. Теоретична підготовка в спорті: монографія. Львів: ЛДУФК, 2015. 372 с.
7. Рибалко Л. М. Підготовка майбутніх фахівців фізичної культури і спорту до самостійної організації навчально-тренувального процесу / Л. М. Рибалко, Л. М. Оніщук // Моделювання компетентнісної професійної освіти в контексті євроінтеграції: монографія / кол. авт; за заг. ред. проф. Н. П. Волкової. – Дніпро : Університет імені Альфреда Нобеля, 2021. – С. 276–287.
8. Теоретико-методичні основи управління процесом підготовки спортсменів різної кваліфікації: колективна монографія /за заг. ред. В. М. Костюкевича. – Вінниця :

Планер, 2018. – 418 с.

9. Теорія спортивного тренування: навчальний посібник для студентів факультету фізичного виховання освітньо-кваліфікаційного рівня «бакалавр» напрямів підготовки «Фізичне виховання», «Спорт», «Здоров'я людини» / Уклад. О. С. Сокирко, Р.В. Клопов / – Запоріжжя: ЗНУ, 2014. – 113 с.

10. Сергієнко В.М. Фізкультурно-спортивна діяльність тренера з виду спорту: навчальний посібник / В.М. Сергієнко. – Суми: Сумський державний університет, 2022. – 184 с.

### Допоміжна література

1. Білогур В. Фізкультурно-спортивна освіта в системі спортивних цінностей / В. Білогур // VERSUS. – 2018. – № 1–2 (11–12). – С. 42–46.

2. Богуславська В. Ю., Пітин М. П., Бріскін Ю. А. Принципи теоретичної підготовки в циклічних видах спорту. *Фізична активність, здоров'я і спорт*. 2018. № 1 (31). С. 10-15.

3. Горюк П. І. Компетентнісний підхід як основа професійної підготовки тренера / П. І. Горюк, А. Д. Молдован, А. В. Кошура // Інноваційна педагогіка. – 2020. – Вип. 22. – Т. 4. – С. 46–49.

4. Гринь О. Р. Психологічне забезпечення та супровід підготовки кваліфікованих спортсменів: навч. посіб. Київ: Олімпій. літ., 2015. 276 с.

5. Іваній І. Сучасні тенденції професійно-педагогічної підготовки фахівців фізичного виховання та спорту в університетах країн Європейського союзу / І. Іваній // Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. – 2019. – № 1. – С. 159–171.

6. Когут І. Сутність підготовки тренера для роботи зі спортсменами з інвалідністю / І. Когут, В. Маринич, К. Чебанова // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2017. – № 3. – С. 20–25.

7. Костюкевич В. М., Врублевський Є. П., Вознюк Т. В. та ін. Теоретико-методичні основи контролю у фізичному вихованні та спорті: монографія. Вінниця: Планер, 2017. 191 с.

8. Кузнецова Л. І. Організація фізкультурно-оздоровчої роботи дітей з інвалідністю / Л. І. Кузнецова, М. С. Бричук, Л. М. Заяць // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова, 2019. – Вип. 4 (112). – С. 70–75.

9. Лаврентьев О. М. Формування моделі професійної підготовки тренера з обраного виду спорту / О. М. Лаврентьев, С. В. Крупеня, І. Й. Малинський // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. – 2021. – Вип. 5 (136). – С. 58–61.

10. Мулик В.В. Теорія системності і системний підхід в професійній діяльності тренера : навч.-метод. посіб. / В. В. Мулик, О. І. Камаєв. – Харків : ХДАФК, 2017. – 88 с.

11. Кутек Т. Б. Інноваційні підходи удосконалення навчально-тренувального процесу кваліфікованих спортсменів: метод. рекомендації. Житомир: Житомирський державний університет ім. І. Франка, 2015. 24 с.

12. Пасічник В. М. Теорія і методика викладання баскетболу: навч. посібник. Львів: Львівський державний університет фізичної культури, 2015. 78 с.

13. Ребрина А. А. Особливості професійно-педагогічної діяльності тренера-викладача з виду спорту та його професійно-важливі якості / А. А. Ребрина // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. – 2021. – Вип. 9 (140). – С. 86–89.

14. Розторгуй М. С. Професійна підготовленість тренера з адаптивних видів спорту як чинник ефективності підготовки спортсменів з інвалідністю / М. С. Розторгуй, А. В. Передерій, О. Ф. Товстоног, Л. М. Горлова // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. – 2021. – Вип. 2 (130). – С. 101–104.

15. Сотник Ж. Г. Педагогічна майстерність тренера-викладача / Ж. Г. Сотник, В. І. Романова // Інтеграція освіти, науки та бізнесу в сучасному середовищі: тези доп. II Міжнародної наук.-практ. інтернетконфер. – Дніпро, 2021. – Т. 2. – С. 294–296.