

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВОДНОГО ГОСПОДАРСТВА ТА  
ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ**

Навчально - науковий інститут охорони здоров'я

Затверджено  
Валерій СОРОКА  
2023-02-20 10:21:34.753

**08-01-41 S**

<b>СИЛАБУС</b> <i>навчальної дисципліни</i>		<b>SYLLABUS</b>	
«Теорія і методика обраного виду спорту»		«Theory and methodology of the chosen sport»	
Шифр за ОП	ФП 21	Code in Degree Programme	
Освітній рівень: бакалаврський (перший)		Level of Education: Bachelor (first)	
Галузь знань: <b>Освіта/Педагогіка</b>	01	Field of Knowledge: Education/Pedagogy	
Спеціальність: <b>Фізична культура і спорт</b>	017	Field of Study: <b>Physical cultura and sports</b>	
Освітня програма: <b>Фізична культура і спорт</b>		Degree Programme: <b>Physical cultura and sports</b>	

Силабус навчальної дисципліни «Теорія та методика обраного виду спорту» для здобувачів вищої освіти першого ступеня «бакалавр», які навчаються за освітньо-професійною програмою «Фізична культура і спорт» спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». Рівне. НУВГП. 2022. 8 с.

ОПП на сайті університету <http://ep3.nuwm.edu.ua/id/eprint/25436>

Розробники силабусу: Старіков Володимир Сергійович, доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання; Петрук Людмила Анатоліївна, старший викладач кафедри теорії та методики фізичного виховання.

Силабус схвалений на засіданні кафедри теорії та методики фізичного виховання

Протокол № 1 від «30» серпня 2022 року

В. о. завідувача кафедри: *e-підпис* Гамма Тетяна Вікторівна, к.б.н., доцент.

Гарант освітньої програми: *e-підпис* Гамма Тетяна Вікторівна, кандидат біологічних наук, доцент, в.о. завідувача кафедри теорії та методики фізичного виховання.

Схвалено науково-методичною радою з якості ННІОЗ

Протокол № 1 від «06» вересня 2022 року

Голова науково-методичної ради з якості ННІОЗ: Григус Ігор Михайлович, д.мед.н., професор.

© Старіков В. С.  
© Петрук Л.А., 2022  
© НУВГП, 2022

<b>ЗАГАЛЬНА ІНФОРМАЦІЯ</b>	
Ступінь вищої освіти	<i>Бакалавр</i>
Освітня програма	<i>Фізична культура і спорт</i>
Спеціальність	<i>017 Фізична культура і спорт</i>
Рік навчання, семестр	<i>4-й (7 семестр)</i>
Кількість кредитів	<i>3 кредити ЄКТС</i>
Лекції:	<i>12 год</i>
Лабораторні заняття:	<i>30 год</i>
Самостійна робота:	<i>48 год</i>
Курсова робота:	<i>ні</i>
Форма навчання	<i>денна/заочна</i>
Форма підсумкового контролю	<i>7 семестр - екзамен</i>
Мова викладання	<i>Українська</i>
<b>ІНФОРМАЦІЯ ПРО ВИКЛАДАЧА</b>	
<b>ПРОФАЙЛ ЛЕКТОРА</b>	
	<b>Старіков Володимир Сергійович</b> доцент кафедри теорії та методики фізичного виховання
Вікіситет	<a href="https://wiki.nuwm.edu.ua/index.php/Старіков_Володимир_Сергійович">https://wiki.nuwm.edu.ua/index.php/Старіков_Володимир_Сергійович</a>
ORCID	<a href="https://orcid.org/0000-0002-2514-2908">https://orcid.org/0000-0002-2514-2908</a>
Як комунікувати	<a href="mailto:y.s.starikov@nuwm.edu.ua">y.s.starikov@nuwm.edu.ua</a>
<b>ПРОФАЙЛ АСИСТЕНТА</b>	
	<b>Петрук Людмила Анатоліївна</b> старший викладач кафедри теорії та методики фізичного виховання
Вікіситет	<a href="https://wiki.nuwm.edu.ua/index.php/Петрук_Людмила_Анатоліївна">https://wiki.nuwm.edu.ua/index.php/Петрук_Людмила_Анатоліївна</a>
ORCID	<a href="https://orcid.org/0000-0002-3221-5028">https://orcid.org/0000-0002-3221-5028</a>
Канали комунікації	<a href="mailto:l.a.petruk@nuwm.edu.ua">l.a.petruk@nuwm.edu.ua</a>

<b>Інформація про дисципліну</b>	
Анотація навчальної дисципліни, у т. ч. мета та цілі	<p>Дисципліна «Теорія та методика обраного виду спорту» передбачає підготовку бакалаврів з фізичної культури, фахівців в галузі фізичного виховання та спорту, тренерів з певних видів спорту. Зміст курсу передбачає здобуття теоретичних знань з системи підготовки спортсменів в різних видах спорту, засобів та методів спортивного тренування, що застосовуються в різних циклічних та ациклічних видах спорту, основних принципів, що застосовуються в роботі зі спортсменами різного рівня підготовленості, критеріїв спортивного відбору талановитих спортсменів до занять різними видами спорту, необхідності та можливості використання різноманітного обладнання та інвентарю в тренувальній роботі спортсменів в обраному виді спортивної діяльності.</p> <p>Мета курсу – набуття теоретичних знань та практичних вмінь з питань підготовки спортсменів різної кваліфікації на прикладі обраного виду спорту, відбору до занять різними видами спорту, вивченні основних аспектів розвитку фізичних якостей спортсменів, навчання та вдосконалення техніки виду спорту, організації та побудови спортивного тренування та змагальної діяльності, оволодінні методами планування та організації спортивного тренування на прикладі обраного виду спорту.</p> <p>Завдання курсу – вивчати та удосконалювати основи спортивного тренування в обраному виді спорту, опановувати методику навчання та тренування в різних видах спорту, сприяти розвитку рухових здібностей спортсменів, вивчити механізм планування спортивного тренування для різних груп спортивної кваліфікації та рівня підготовленості. Дослідити структуру тренувального заняття та особливості планування його складових, ретельно вивчити види та величину навантаження та розрізнити фактори, що впливають на показник сумарного навантаження в обраному виді спортивної діяльності.</p>
Посилання щодо розміщення навчальної дисципліни на навчальній платформі Moodle	<a href="https://exam.nuwm.edu.ua/course/view.php?id=5273">https://exam.nuwm.edu.ua/course/view.php?id=5273</a>
Компетентності	<p>ЗК1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.</p> <p>ЗК4. Здатність працювати в команді.</p> <p>ЗК5. Здатність планувати та управляти часом.</p> <p>ЗК9. Навички міжособистісної взаємодії.</p> <p>ЗК10. Здатність бути критичним і самокритичним.</p> <p>ЗК12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.</p> <p>ФК2. Здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях.</p> <p>ФК10. Здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми.</p> <p>ФК12. Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.</p> <p>ФК14. Здатність до безперервного професійного розвитку.</p>

Програмні результати навчання	ПРН8. Здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань. ПРН19. Аргументувати управлінські рішення для вирішення проблем, які виникають в роботі суб'єктів фізичної культури і спорту; мати навички лідерства.
-------------------------------	--

### СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Лекцій – 12 год	Лабораторних – 30 год	Самостійна робота – 48 год
-----------------	-----------------------	----------------------------

#### Програмові результати навчання – ПРН 8

Здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань.

Види навчальної роботи студента (що студенти повинні виконати)	Вміти здійснювати заходи підготовки спортсменів, дотримуватися правил техніки безпеки. Демонструвати знання та уміння в організації та проведенні спортивних змагань.
Методи та технології навчання	Словесні, наочні, практичні методи, навчальні дискусії, опитування, тестування, методи самостійної роботи студентів, самоконтроль.
Засоби навчання	Бібліотечні фонди (підручники і навчальні посібники, методичні рекомендації). Технічні засоби (відеозаписи).

#### Програмові результати навчання – ПРН 19

Аргументувати управлінські рішення для вирішення проблем, які виникають в роботі суб'єктів фізичної культури і спорту; мати навички лідерства.

Види навчальної роботи студента (що студенти повинні виконати)	Демонструвати уміння і навички вирішення поставлених завдань. Використовувати популярні види рухової активності. Демонструвати навички лідера.
Методи та технології навчання	Навчальні дискусії, опитування, тестування, методи самостійної роботи студентів, самоконтроль. Навчальні ігри, тренінги в активному режимі, аналіз конкретних ситуацій, індивідуальне навчання, робота в команді.
Засоби навчання	Спортивні споруди/приміщення та обладнання. Бібліотечні фонди (підручники і навчальні посібники, методичні рекомендації). Технічні засоби (відеозаписи).

За поточну (практичну) складову оцінювання 60 балів	За модульний контроль знань, Модуль 1 – 20 балів Модуль 2 – 20 балів
--	--

Усього за поточну (практичну) складову оцінювання, балів	60
Усього за модульний (теоретичний) контроль знань, модуль 1, модуль 2, бали	40
Усього за дисципліну	100

### ЛЕКЦІЙНІ ЗАНЯТТЯ

1. Система підготовки спортсменів в обраному виді спорту.
2. Основні принципи побудови тренувального процесу в обраному виді спорту.
3. Особливості змагальної діяльності в обраному виді спорту.
4. Засоби та методи спортивного тренування в різних видах спорту.
5. Загальна характеристика методів для розвитку фізичних якостей спортсменів.

**6. Планування спортивного тренування в обраному виді спорту.**

**ЛАБОРАТОРНІ РОБОТИ**

1. Система підготовки спортсменів в обраному виді спорту.
2. Основні принципи побудови тренувального процесу в обраному виді спорту.
3. Основні напрямки вдосконалення системи підготовки в обраному виді спорту.
4. Особливості змагальної діяльності в обраному виді спорту.
5. Умови проведення змагань в різних видах спорту, що впливають на змагальну діяльність.
6. Засоби спортивного тренування в різних видах спорту.
7. Методи спортивного тренування в різних видах спорту.
8. Загальна характеристика методів для розвитку фізичних якостей спортсменів.
9. Засоби розвитку витривалості та гнучкості в обраному виді спорту.
10. Методи розвитку витривалості та гнучкості в обраному виді спорту.
11. Засоби розвитку координаційних здібностей в обраному виді спорту.
12. Методи розвитку швидкісних та силових здібностей в обраному виді спорту.
13. Засоби розвитку швидкісних та силових здібностей в обраному виді спорту.
14. Планування спортивного тренування в обраному виді спорту.
15. Спрямованість тренувальних занять в обраному виді спорту.

Перелік соціальних, «м'яких» навичок (soft skills)	Взаємодія з людьми, вміння відчувати настрій співрозмовника, вміння працювати в команді, здатність до навчання, здатність логічно обґрунтовувати позицію, знаходити вихід з складних ситуацій, комунікаційні якості, навички ведення перемовин, навички усного спілкування, працелюбність, саморозвиток, творчі здібності (креативність).
Форми та методи навчання	В умовах модульно-кредитної технології навчання заняття проводяться переважно в активних і творчих формах – це проблемні й оглядові лекції, активні семінари, лабораторні заняття, ділові ігри, тренінги, заняття із застосуванням комп'ютерної та телекомунікаційної техніки тощо. Для формувань уміння і навичок застосовуються такі методи навчання: - вербальні/словесні (лекція, пояснення, розповідь, бесіда, інструктаж); - наочні (спостереження, ілюстрація, демонстрація); - практичні (різні види вправління, виконання графічних робіт, проведення експерименту, практики); - пояснювально-ілюстративний або інформаційно-рецептивний, який передбачає пред'явлення готової інформації викладачем та її засвоєння студентами; - репродуктивний, в основу якого покладено виконання різного роду завдань за зразком; - метод проблемного викладу; - частково-пошуковий; - дослідницький.
Порядок та критерії оцінювання	Для досягнення мети та цілей курсу студентам потрібно вчасно виконати практичні завдання, які розміщені на платформі MOODLE та здати модульні контролі. Під час лабораторних занять викладач проводить оцінювання виконання завдань.

	<p>За вчасне та якісне виконання завдань, студент отримує такі <b>обов'язкові</b> бали:</p> <p>60 балів за практичні завдання; 20 балів – модуль 1; 20 балів – модуль 2. Усього 100 балів.</p> <p>Модульний контроль проходить у формі тестування. У тесті 20 запитань різної складності: рівень 1 – 20 запитань по 0,45 бала (9 балів), рівень 2 – 9 запитань по 1 балу (9 балів), рівень 3 – 1 запитання по 2 бали (2 бали). Усього – 20 балів.</p> <p>Лінк на нормативні документи, що регламентують проведення поточного та підсумкового контролів знань студентів, можливість їм подання апеляції: <a href="https://nuwm.edu.ua/strukturni-pidrozdzili/navch-nauk-tsentr-nezaleznoho-otsiniuvannia-znan">https://nuwm.edu.ua/strukturni-pidrozdzili/navch-nauk-tsentr-nezaleznoho-otsiniuvannia-znan</a></p>
Поєднання навчання та досліджень	Студенти мають можливість додатково отримати бали за виконання індивідуальних завдань дослідницького характеру, а також можуть бути долучені до написання та опублікування наукових статей з тематики курсу.
Інформаційні ресурси	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Сергієнко Л. П. Спортивний відбір: теорія й практика. Київ : Олімпійська література, 2013. 1048 с.</li> <li>2. Коробейніков Г., Приступа Є., Коробейнікова Л., Бріскін Ю. Оцінювання психо-фізіологічних станів у спорті. Львів : ЛДУФК, 2013. 311 с.</li> <li>3. Кошура А. В. Теорія і методика спортивних тренувань : навч. посіб. Чернівці : Чернівець. нац. ун-тім. Ю.Федьковича, 2021. 120 с.</li> <li>4. Костюкевич В. М. Теорія і методика спортивної підготовки у запитаннях і відповідях: Навч.-метод. посібник. Вінниця: Планер, 2016. 159 с.</li> <li>5. Закон України «Про фізичну культуру і спорт» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <a href="http://zakon1.rada.gov.ua/cgi-bin/laws/main.cgi?nreg=229-88-%EF">http://zakon1.rada.gov.ua/cgi-bin/laws/main.cgi?nreg=229-88-%EF</a>. – Назва з екрану.</li> <li>6. Теорія та методика фізичного виховання [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <a href="http://www.tmfv.com.ua">http://www.tmfv.com.ua</a>. – Назва з екрану.</li> </ol>
<b>Правила та вимоги (політика)</b>	
Дедлайни та перескладання	<p>Перездача відбувається шляхом відпрацювання лабораторних занять з іншою підгрупою студентів. Можливе отримання додаткових балів за волонтерську роботу у реабілітаційному центрі.</p> <p>Оголошення стосовно дедлайнів задачі та перездачі оприлюднюються на сторінці MOODLE <a href="https://exam.nuwm.edu.ua/">https://exam.nuwm.edu.ua/</a></p>
Неформальна та інформальна освіта	<p>Студенти мають право на перезарахування результатів навчання набутих у неформальній та інформальній освіті згідно відповідного положення <a href="http://nuwm.edu.ua/sp/neformalna-osvita">http://nuwm.edu.ua/sp/neformalna-osvita</a>.</p> <p>Студенти можуть самостійно на платформах Prometheus, Coursera, edEx, edEra, FutureLearn та інших опанувати матеріал для перезарахування результатів навчання. При цьому важливо, щоб знання та навички, що формуються під час проходження певного онлайн-курсу чи його частин, мали зв'язок з очікуваними навчальними результатами даної дисципліни/освітньої програми та перевірялись в підсумковому оцінюванні.</p>

Практики, представники бізнесу, фахівці, залучені до викладання	До викладання, за згодою, запрошуються фахівці сфери фізичної культури та спорту.
Правила академічної доброчесності	<a href="http://nuwm.edu.ua/sp/akademichna-dobrochesnistj">http://nuwm.edu.ua/sp/akademichna-dobrochesnistj</a>
Вимоги до відвідування	Студент зобов'язаний брати участь у всіх заняттях. Відпрацювати пропущені заняття можна при проведенні занять з іншою групою за тією ж темою або під час консультацій з предмету.
Оновлення	За ініціативою викладача зміст даного курсу оновлюється щорічно, враховуючи зміни у законодавстві України, наукові досягнення у фізичній культурі і спорті. Зміст даної навчальної дисципліни оновлюється на основі наукових досягнень і сучасних практик в даній галузі та змін у освітній програмі щодо програмних результатів навчання.
Академічна мобільність. Інтернаціоналізація	Електронні бібліотеки: <a href="http://lib.nuwm.edu.ua/index.php/korisni-posilannya/elektronni-biblioteki">http://lib.nuwm.edu.ua/index.php/korisni-posilannya/elektronni-biblioteki</a> Як знайти статтю у Scopus: <a href="http://lib.nuwm.edu.ua/index.php/biblioteka/novini/item/506-v-dopomohu-avtoram">http://lib.nuwm.edu.ua/index.php/biblioteka/novini/item/506-v-dopomohu-avtoram</a> База періодичних видань: <a href="https://www.scimagoir.com/">https://www.scimagoir.com/</a> Електронний каталог: <a href="http://nuwm.edu.ua/MySql/">http://nuwm.edu.ua/MySql/</a> Можливості доступу до електронних ресурсів та сервісів: <a href="http://lib.nuwm.edu.ua/index.php/biblioteka/novini/item/516-mozhlyvosti-dostupu-do-resursiv-i-servisiv">http://lib.nuwm.edu.ua/index.php/biblioteka/novini/item/516-mozhlyvosti-dostupu-do-resursiv-i-servisiv</a>

Лектор

Старіков В. С., доцент.

Автор  
Старший викладач

Людмила ПЕТРУК



документ підписаний КЕП  
Номер документа СИЛ №118 від 2023-02-20 10:21:34.753  
Підписувач Сорока Валерій Степанович  
Підписувач (дані КЕП): СОРОКА ВАЛЕРІЙ СТЕПАНОВИЧ  
Сертифікат 2B6C7DF9A3891DA1040000003947CE001A498F03  
Дійсний з 05.08.2022 15:21 до 05.08.2023 23:59