

КИЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
БУДІВНИЦТВА І АРХІТЕКТУРИ

БАКАЛАВР

Кафедра фізичного виховання і спорту

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Декан факультету ГІСУТ

/ О.В.Нестеренко/

«29» вересня 2022 року

НАВЧАЛЬНА РОБОЧА ПРОГРАМА ДИСЦИПЛІНИ

"ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ОБРАНОГО ВИДУ СПОРТУ"

(назва навчальної дисципліни)

шифр	назва спеціальності
017	Фізична культура і спорт

Розробник(и):

Канішевський С.М., к.п.н., професор

(прізвище та ініціали, науковий ступінь, звання)

(підпис)

(прізвище та ініціали, науковий ступінь, звання)

(підпис)

(прізвище та ініціали, науковий ступінь, звання)

(підпис)

(прізвище та ініціали, науковий ступінь, звання)

(підпис)

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри фізичного виховання і спорту

протокол № 2 від "12" вересня 2022 року

Завідувач кафедри

(підпис)

(О.М. Шамич).
(прізвище та ініціали)

Схвалено науково-методичною комісією спеціалізації
(НКМС): "Фізичне виховання і спорт"

Протокол № 1 від "18" вересня 2022 року

Гарант

(підпис)

(О.А. Озерова).
(прізвище та ініціали)

ВИТЯГ З НАВЧАЛЬНОГО ПЛАНУ 2022-2023 рр.

шифр	Бакалавр ОПП	Форма навчання:										Форма контролю	Семестр	Відмітка про погодження
	Назва спеціальності (спеціалізації)	Кредитів на сем.	Обсяг годин [^]					Кількість індивідуальних робіт						
			Всього	аудиторних										
				Разом	у тому числі									
Л	Пр	Пз	КП	КР	РГ	р								
017	Фізична культура і спорт	6	180	90	50	40	90				2	3/Е	1-2	

шифр	Бакалавр ОПП	Форма навчання:										Форма контролю	Семестр	Відмітка про погодження
	Назва спеціальності (спеціалізації)	Кредитів на сем.	Обсяг годин [^]					Кількість індивідуальних робіт						
			Всього	аудиторних										
				Разом	у тому числі									
Л	Пр	Пз	КП	КР	РГ	р								
017	Фізична культура і спорт	6	180	48	24	24	132				2	3/Е	1-2	

Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета навчальної дисципліни – є формування базових професійно-педагогічних знань, вмінь та навичок, які забезпечують теоретичну та практичну підготовку тренера з обраного виду спорту.

Дисципліна розрахована на два роки навчання (I та II курс) і включає три етапи, на кожному з яких послідовно розв'язуються певні завдання.

1 рік навчання передбачає:

I етап (адаптаційний) – попередня базова підготовка. Розрахована для полегшеного сприймання подальшого професійного навчання, де вирішуються наступні *завдання*:

- підвищити загальну культуру фахівців;
- розширити загальний, навчальний та професійний світогляд фахівців;
- забезпечити гармонійний розвиток морально-вольових, фізичних та психічних якостей.

II етап (основний) – основний етап професійного навчання. *Завдання*:

- ознайомити спеціалістів з новітніми технологіями;
- надати студентам знання з теоретичних та методологічних основ в обраному виді спорту.

2 рік навчання включає:

II етап (основний) – основний етап професійного навчання. *Завдання*:

- підвищити рівень теоретичних та методологічних знань майбутнього фахівця з обраного виду.

III етап (творчий) – заключний етап професійного навчання. *Завдання*:

- розглянути передовий практичний досвід роботи з обраного виду діяльності;
- визначити розвиток творчого потенціалу;
- інтеграція сучасних знань та досягнень у професійній діяльності.

Компетенції студентів, що формуються в результаті засвоєння дисципліни

Код	Зміст	Результати навчання
	Спеціальні (фахові) компетентності.	Загально-професійні
ФК01	Здатність до розуміння специфічних цінностей та важливості фізичної культури та спорту у житті людини.	<i>Знати</i> : історію розвитку обраного виду спорту; сучасний стан і тенденції розвитку обраного виду спорту в світі та Україні. <i>Вміти</i> : аналізувати історичні етапи становлення, структуру та предмет теорії та методики обраного виду спорту.

ФК02	Здатність використовувати під час навчання та виконання професійних завдань базові знання з теорії і методики обраного виду спорту та застосовувати систему знань із загальної теорії і методики спортивної підготовки.	<i>Знати:</i> основні поняття теорії та методики обраного виду спорту; мету, задачі, засоби, методи та основні принципи спортивного тренування в обраному виді спорту; структуру спеціальної підготовленості в обраному виді спорту; принципи управління багаторічною підготовкою спортсменів; особливості професійно-педагогічної діяльності викладача-тренера з виду спорту; матеріально технічне і наукове забезпечення підготовки спортсменів і проведення змагань.
		<i>Вміти:</i> організовувати та проводити ефективну виховну та навчально-тренувальну роботу з обраного виду спорту; застосовувати у практичній діяльності одержані знання, використовувати сучасні засоби і методи спортивного тренування в підготовці спортсменів до участі в змагальній діяльності.
ФК03	Здатність здійснювати пошуково-дослідну діяльність в сфері фізичної культури та спорту, розв'язувати практичні проблеми за невизначених умов в окремих напрямках фізичної культури та спорту	<i>Знати:</i> основи організації та методики науково-дослідної роботи в обраному виді спорту.
		<i>Вміти:</i> складати документи планування, навчально-методичну документацію; використовувати в роботі учбову і наукову літературу; знаходити інші джерела інформації і працювати з ними.

Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. Предмет та зміст теорії і методики викладання обраного виду спорту.

Лекція 1. Вступ до дисципліни "ТМОВС".

Лекція 2. Мета, завдання, засоби та методи спортивної підготовки в обраному виді спорту.

Лекція 3. Основні принципи спортивної підготовки в обраному виді спорту.

Лекція 4. Історія виникнення та розвитку видів спорту.

Лекція 5. Історія розвитку футболу, гандболу, волейболу, баскетболу. Особливості системи змагань в ігрових видах спорту.

Лекція 6. Історія розвитку легкої атлетики. Особливості системи змагань з легкої атлетики.

Лекція 7. Історія розвитку плавання. Особливості системи змагань з плавання.

Лекція 8. Історія розвитку художньої, спортивної та атлетичної гімнастики. Особливості системи змагань.

Лекція 9. Історія розвитку спортивних єдиноборств. Особливості системи змагань.

Лекція 10. Актуальні проблеми розвитку видів спорту на території України.

Змістовий модуль 2.

Семінарське заняття 1. Спорт як соціальне та суспільне явище.

Семінарське заняття 2. Характеристика обраного виду спорту.

Семінарське заняття 3. Поняття про генетичні маркери та генетичний прогноз спортивної обдарованості.

Семінарське заняття 4. Місце та роль спортсмена в спорті.

Семінарське заняття 5. Професійна підготовка тренера-викладача.

Змістовий модуль 3. Організаційне забезпечення підготовки спортсменів в обраному виді спорту.

Лекція 1. Єдина спортивна класифікація України, спортивні звання і розряди.

Лекція 2. Організаційні аспекти функціонування видів спорту в Україні.

Лекція 3. Характеристика видів спорту, що включені до програми Ігор Олімпіад, зимових Олімпійських ігор та Всесвітніх ігор.

Лекція 4. Міжнародна система олімпійського руху.

Лекція 5. Організація та проведення змагань.

Лекція 6. Основи техніки безпеки та профілактики травматизму на заняттях з обраного виду спорту.

Лекція 7. Структура навчально-тренувальних занять обраного виду спорту.

Лекція 8. Основи прогнозування і моделювання у спорті.

Змістовний модуль 4. Основи сучасної системи підготовки спортсменів.

Лекція 9. Компоненти тренувального процесу.

Лекція 10. Основи методики вдосконалення фізичних якостей.

Лекція 11. Техніко-тактична та психологічна підготовка спортсменів.

Лекція 12. Змагання і змагальна діяльність.

Лекція 13. Відбір та етапи багаторічної підготовки в спорті.

Лекція 14. Управління і контроль в системі підготовки спортсменів.

Лекція 15. Матеріально-технічне забезпечення спортивної підготовки.

Змістовний модуль 5.

Семінарське заняття 1. Загальна класифікація принципів спортивної підготовки.

Семінарське заняття 2. Поняття «підготовка» та «підготовленість». Сторони підготовленості, які визначають рівень досягнень.

Семінарське заняття 3. Структура підготовленості спортсменів. Мета і

завдання спортивної підготовки.

Семінарське заняття 4. Засоби спортивної підготовки. Методи спортивної підготовки.

Семінарське заняття 5. Специфічні принципи спортивної підготовки. Дидактичні принципи спортивної підготовки.

Семінарське заняття 6. Характеристика фізичної підготовленості. Види фізичної підготовки. Завдання, засоби та методи фізичної підготовки спортсменів.

Семінарське заняття 7. Характеристика технічної та тактичної підготовленості спортсменів.

Семінарське заняття 8. Характеристика психологічної підготовленості спортсменів.

Семінарське заняття 9. Інтегральна підготовка і змагальна діяльність.

Семінарське заняття 10. Структура та особливості змагальної діяльності.

Семінарське заняття 11. Регламентация та способи проведення змагань.

Семінарське заняття 12. Визначення результатів в процесі змагань.

Семінарське заняття 13. Компоненти навантажень та їх вплив на формування реакцій адаптацій.

Семінарське заняття 14. Стонлення та відновлення в залежності від кваліфікації та тренуваності спортсменів.

Семінарське заняття 15. Стадії та етапи багаторічної підготовки в спорті.

Методи контролю та оцінювання знань студентів
Розподіл балів для дисципліни з формою контролю залік/екзамен

Поточне оцінювання					Підсумковий тест		Сума балів	
Змістовні модулі					1 сем.	2 сем.		
1 семестр		2 семестр			1 сем.	2 сем.		
1	2	3	4	5	К/р.	К/р.	Залік	Екзамен
20	30	16	14	20	50	50	100	100

Рекомендована література:

Основна

1. Анастасєва З. В. Вступ до спеціальності «Фізичне виховання»: Навч. пос.– Дніпропетровськ.: «Інновація» – 2007. - 136 с.
2. Булатова М. Здоров'я і фізична підготовленість населення України / М. Булатова, О. Литвин // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2004. – № 1. – С. 3-9.

3. Войнар Ю. Розвиток та сучасні тенденції системи підготовки фахівців з фізичної культури в умовах Євроінтеграції : [монографія] / Ю. Войнар, Д.Наварецький, І. Д. Глазирін – Черкаси : Відлуння-Плюс, 2005. – 184 с.
4. Воланюк Н. Тренер-викладач та його індивідуально-психологічні властивості / Н. Воланюк // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2004. – № 1. – С. 135-138.
5. Выдрин В. М. Введение в специальность: Учебное пособие. / В. М. Выдрин – М.: Физкультура и спорт, 1980. – 119 с.
6. Герцик М.С., Вацеба О.М. Вступ до спеціальностей галузі «Фізичне виховання і спорт»: підручник / М.С. Герцик, О.М. Вацеба. – Харків: «ОВС», 2005. – 240 с.
7. Грибан Г. П. Методологічні аспекти духовності у сфері фізичної культури та спорту //Тези доповідей ІХ Міжнародного наукового конгресу «Олімпійський спорт і спорт для всіх». / Г. П. Грибан – К.: Олімпійська література, 2005. – С. 54.
8. Данилко М. Тенденції розвитку вищої освіти у галузі фізичного виховання і спорту / М. Данилко // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2002. – № 2-3. – С. 49-55.
9. Довгич Н. М. Соціалізаційний зміст фізичної культури у контексті національно-культурної специфіки //Тези доповідей ІХ Міжнародного наукового конгресу «Олімпійський спорт і спорт для всіх». / Н. М. Довгич – К.: Олімпійська література, 2005. – С. 58.
10. Кроки до Болонського процесу: Збірник матеріалів /Укладач В. П. Головенкін. – К.: Політехніка, 2004. – 112 с.
11. Мічуда А. Імідж тренера в системі маркетингу фізкультурно-оздоровчих послуг / А. Мічуда //Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2002. – № 1. – С.105-108.
12. Методики фізичного виховання різних груп населення: навчальний посібник/ [Солопчук М.С., Бесарабчук Г.В., Солопчук Д.М., Заїкін А.В.] – Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2012. – 480 с.
13. Семиченко В. А. Психологія педагогічної діяльності: Навч. пос. / В. А. Семиченко – К.: Вища школа, 2004. – 335 с.
14. Фролова Л. С. Вступ до спеціальності "Фізичне виховання" : [навчально-методичний посібник] / Л. С. Фролова. – Черкаси, 2014. – 282 с.
15. Фролова Л. С. Методика підготовки до екзамену з дисципліни «Вступ до спеціальності»: методичні рекомендації для студентів галузі знань 01 — освіта, спеціальностей 014 — середня освіта (фізичне виховання), 017 — фізична культура і спорт, 016 — спеціальна освіта (здоров'я людини). — Черкаси, 2016. — 34 с.
16. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 1 /Б.М. Шиян. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2004. – 272 с.
17. Шиян Б.М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 2 /Б.М. Шиян. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2004. – 248 с.

18. Харченко Л. Реформування фізкультурної совіти в рамках Болонського процесу / Л. Харченко // Теорія та методика фізичного виховання та спорту. – 2005. – № 2-3. – С.117-119

Додаткова

1. Болюбаш Я.Я. Організація навчального процесу у вищих закладах освіти. – К.: Компас, 1997. – 64 с. 3. Винничук О.Т. Історико-педагогічні аспекти розвитку фізичної культури. – Тернопіль: Астон, 2002. – 404 с.
2. Винничук О.Т. Історико-педагогічні аспекти розвитку фізичної культури. – Тернопіль: Астон, 2002. – 404 с.
3. Загальнодержавна цільова соціальна програма розвитку фізичного виховання та спорту 2012-2016 роки.
4. Закон України від 5 вересня 2017 року № 2145-VIII "Про освіту".
5. Олійник М.О., Скрипник А.П. Правові основи організації та управління фізичною культурою, спортом і туризмом в Україні / Вид. 3-є, переробл. і доповн. – Харків: ХаДІФК, 2000. – 292 с.
6. Солопчук М.С. Комарніцький О.Б. Факультет фізичної культури Кам'янець-Подільського національного університету (1949-2008 рр.). – Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2008. – 164 с.
7. Фіцула М.М. Педагогіка вищої школи / М.М. Фіцула. – Видавництво: Академія, 2006. – 352 с.

Інформаційні ресурси

1. http://www.msms.gov.ua/sport/control/uk/publish/article?art_id=138349

Додаткові ресурси

1. Закон України про «Фізичну культуру і спорт» [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12>
2. Національний олімпійський комітет України [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: <http://noc-ukr.org/>
3. Офіційні правила гри у волейбол [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: <http://www.fvu.in.ua/images/judge-documentation/rulles2017-2020.pdf>
4. 4.Правила гри у гандбол [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: <https://handball.net.ua/abton/uploads/news/.pdf>
5. 5.Правила гри у футбол [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: <https://ffu.ua/files/biblioteka/.pdf>
6. Федерація баскетболу України [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: <http://fbu.ua/fbu>

