

КИЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
БУДІВНИЦТВА І АРХІТЕКТУРИ

БАКАЛАВР

Кафедра фізичного виховання і спорту

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Декан факультету ГІСУТ

/ О.В.Нестеренко/

2023 року

НАВЧАЛЬНА РОБОЧА ПРОГРАМА ДИСЦИПЛІНИ

"СПОРТИВНІ ЄДИНОБОРСТВА: БОРОТЬБА
З МЕТОДИКОЮ ВИКЛАДАННЯ"

(назва навчальної дисципліни)

шифр	назва спеціальності
017	Фізична культура і спорт

Розробник:

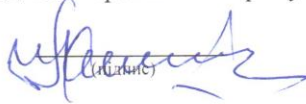
Гребенніков С.В., старший викладач

(прізвище та ініціали, науковий ступінь, звання)

(підпис)

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри фізичного виховання і спорту, протокол № 11 від «31» травня 2023 року

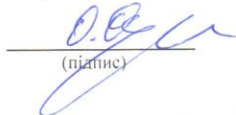
Завідувач кафедри



/Олександр ШАМИЧ/

Схвалено гарантом освітньої програми «Фізичне виховання і спорт»

Гарант ОП



/Ольга ОЗЕРОВА/

Розглянуто на засіданні науково-методичної комісії спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» протокол № 4 від «29» травня 2023 року

ВИТЯГ З НАВЧАЛЬНОГО ПЛАНУ 2023-2024 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			КП	КР	РГ	р				
				Разом	Л	Пр					Пз			
017	Фізична культура і спорт	3,0	90	30	16	14	60				1	3	7	

шифр	Бакалавр ОПП	Форма навчання:										Форма контролю	Семестр	Відмітка про погодження
	Назва спеціальності (спеціалізації)	Кредитів на сем.	Обсяг годин [^]					Кількість індивідуальних робіт						
			Всього	аудиторних			КП	КР	РГ	р				
				Разом	Л	Пр					Пз			
017	Фізична культура і спорт	3,0	90	20	10	10	70				1	3	9	

Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета навчальної дисципліни – забезпечити формування у здобувачів системи знань та навичок, які необхідні в професійній діяльності спеціаліста з організації проведення спортивних єдиноборств, а саме методики навчання спортивній боротьбі, методики тренування та правил проведення змагань зі спортивної боротьби.

Завдання:

- ознайомити студентів з теоретичними основами спортивної боротьби.
- навчити студентів техніці спортивної боротьби.
- сформувані у студентів педагогічні уміння та навички зі спортивної боротьби.
- дати порівняльну характеристику різних видів спортивної боротьби
- сформувані уміння і навички використання традиційних і нових нетрадиційних підходів у фізичному вихованні, факторів здорового способу життя різних статево-вікових груп і рівня фізичної підготовки на прикладі спортивної боротьби, враховуючи осіб з обмеженими можливостями.

Міждисциплінарні зв'язки: “Теорія і методика фізичного виховання”, “Олімпійський та професійний спорт”, “Підвищення спортивної майстерності”, “Педагогіка”, “Психологія”, “Фізіологія”, “Анатомія”, “Вступ до спеціальності” та інших профільних дисциплін.

Компетентності здобувачів освітньої програми, що формуються в результаті засвоєння освітньої компоненти

Код	Зміст компетентності
Інтегральна компетентність (ІК)	
Здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів наук з фізичного виховання і спорту, та характеризується комплексністю та невизначеністю умов.	
Загальні компетентності (ЗК)	
ЗК01	Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.
ЗК09	Навички міжособистісної взаємодії.
ЗК12	Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
Спеціальні (фахові) компетентності (СК)	
СК02	Здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях.
СК10	

СК12	Здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми. Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.
------	---

Програмні результати здобувачів освітньої програми, що формуються в результаті засвоєння освітньої компоненти

Код	Програмні результати
ПРН05	Засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.
ПРН07	Здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами.
ПРН10	Оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми кондиційного тренування, організовувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи.

**Програма навчальної дисципліни
ДЕННА ФОРМА**

Модуль 1. Змістовий модуль 1. Історія розвитку спортивних видів боротьби та етапи спортивної підготовки.

Лекція 1. Вступ у дисципліну. Історія розвитку спортивних видів боротьби.

Мета і завдання вивчення дисципліни; зв'язок її з іншими дисциплінами; спортивна боротьба в історії людства – виникнення та етапи розвитку спортивних видів боротьби, види спортивної боротьби у програмах олімпіад, національні та міжнародні федерації зі спортивних видів боротьби.

Лекція 2. Набір та відбір у групи початкової підготовки. Діяльність тренера в групах початкової підготовки.

1–2-й рік навчання. Критерії набору учнів; професійно-педагогічна діяльність тренера під час набору; зміст етапу початкової підготовки; техніка виконання загально-розвиваючих, допоміжних, спеціально-підготовчих та змагальних вправ.

Лекція 3. Засоби, методи та принципи спортивної підготовки на етапі базової підготовки.

3–6-й рік навчання. Задачі етапу підготовки; визначення та характеристика головних ознак: різнобічний розвиток фізичних можливостей організму, зміцнення здоров'я юних спортсменів; усунення недоліків на рівні фізичного розвитку; створення рухового потенціалу майбутньої спортивної спеціалізації.

Лекція 4. Засоби, методи та принципи спортивної підготовки на етапі спеціалізованої підготовки.

7–8-й рік навчання. Характеристика етапу спеціалізованої підготовки; орієнтація на спортивну спеціалізацію; збільшення обсягів сумарного тренувального навантаження; розширення обсягів вправ спеціально-підготовчого характеру.

Практичні заняття:

Заняття 1. *Методи й засоби навчання базовим вправам у спортивних видах боротьби.*

Мета: ознайомити із основними методами та засобами навчання базовим вправам у спортивних видах боротьби.

Питання для обговорення:

1. Засоби: загально-підготовчі, допоміжні, спеціально-допоміжні, змагальні.
2. Методи: словесні, наочні, методи практичних вправ.

Заняття 2. *Розвиток силових якостей та швидкісних здібностей в спортивних видах боротьби.*

Мета: ознайомити із техніками щодо розвитку силових якостей та швидкісних здібностей в спортивних видах боротьби.

Питання для обговорення:

1. Поняття про силу, режими роботи м'язів та види силових якостей.
2. Види швидкісних здібностей і фактори, що їх визначають.

Заняття 3. *Розвиток гнучкості, витривалості та спритності в спортивних видах боротьби.*

Мета: ознайомити із техніками щодо розвитку гнучкості, витривалості та спритності в спортивних видах боротьби.

Питання для обговорення:

1. Види і значення гнучкості та фактори, що визначають її рівень.
2. Методика оцінки витривалості.
3. Методика розвитку спритності єдиноборців.

Заняття 4. *Технічна та психологічна підготовка борців та її удосконалення.*

Мета: ознайомити із технічною та психологічною підготовкою борців та її удосконалення.

Питання для обговорення:

1. Базові та додаткові прийоми і дії в структурі технічної підготовленості.
2. Загальна психологічна підготовка та психологічна підготовка до змагань.

Модуль 1. Змістовий модуль 2. Спорт вищих досягнень, контроль спортивної підготовки та процедура суддівства.

Лекція 5. *Засоби, методи та принципи спортивної підготовки на етапі вищої спортивної майстерності.*

Загальна характеристика етапу; удосконалення індивідуальної технічної і тактичної підготовки; підвищення психічної стійкості до навантажень; особливості побудови тренувального процесу.

Лекція 6. *Контроль підготовки спортсменів у спортивних видах боротьби.*

Характеристика комплексного контролю; методи й засоби педагогічного контролю; вимоги до тестових вправ; методи оцінки технічної майстерності та спеціальної фізичної підготовленості.

Лекція 7. Навчальна документація тренера-викладача зі спортивних видів боротьби.

Планування занять; навчальний план; календарний план змагань; особисті картки спортсменів; заяви на вступ до школи; розклад занять; списки навчальних груп; журнал відвідування занять; побудова плану-конспекту занять; протокол здачі нормативів.

Лекція 8. Організація та проведення змагань зі спортивних видів боротьби.

Положення та програма змагань; правила змагань зі спортивних видів боротьби; інформація та урочисті процедури; місце проведення змагань.

Практичні заняття:

Заняття 5. Контроль підготовки спортсменів у спортивних видах боротьби

Мета: ознайомити із контролем підготовки спортсменів у спортивних видах боротьби.

Питання для обговорення:

1. Характеристика комплексного контролю.
2. Методи й засоби педагогічного контролю.

Заняття 6. Навчальна документація тренера-викладача зі спортивних видів боротьби

Мета: ознайомити із навчальною документацією тренера-викладача зі спортивних видів боротьби

Питання для обговорення:

1. Навчальний план і календарний план змагань.
2. Особисті картки спортсменів.
3. Протокол здачі нормативів.

Заняття 7. Організація та проведення змагань зі спортивних видів боротьби

Мета: ознайомити із основними організаційними підходами щодо проведення змагань зі спортивних видів боротьби.

Питання для обговорення:

1. Положення та програма змагань.
2. Правила змагань зі спортивних видів боротьби.

Програма навчальної дисципліни ЗАОЧНА ФОРМА

Модуль 1. Змістовий модуль 1. Історія розвитку спортивних видів боротьби та етапи спортивної підготовки.

Лекція 1. Вступ у дисципліну. Історія розвитку спортивних видів боротьби.

Мета і завдання вивчення дисципліни; зв'язок її з іншими дисциплінами; спортивна боротьба в історії людства – виникнення та етапи розвитку спортивних видів боротьби, види спортивної боротьби у програмах олімпіад, національні та міжнародні федерації зі спортивних видів боротьби.

Лекція 2. *Набір та відбір у групи початкової підготовки. Діяльність тренера в групах початкової підготовки.*

1–2-й рік навчання. Критерії набору учнів; професійно-педагогічна діяльність тренера під час набору; зміст етапу початкової підготовки; техніка виконання загально-розвиваючих, допоміжних, спеціально-підготовчих та змагальних вправ.

Лекція 3. *Засоби, методи та принципи спортивної підготовки на етапі базової підготовки.*

3–6-й рік навчання. Задачі етапу підготовки; визначення та характеристика головних ознак: різнобічний розвиток фізичних можливостей організму, зміцнення здоров'я юних спортсменів; усунення недоліків на рівні фізичного розвитку; створення рухового потенціалу майбутньої спортивної спеціалізації.

Практичні заняття:

Заняття 1. *Методи й засоби навчання базовим вправам у спортивних видах боротьби.*

Мета: ознайомити із основними методами та засобами навчання базовим вправам у спортивних видах боротьби.

Питання для обговорення:

1. Засоби: загально-підготовчі, допоміжні, спеціально-допоміжні, змагальні.
2. Методи: словесні, наочні, методи практичних вправ.

Заняття 2. *Розвиток силових якостей та швидкісних здібностей в спортивних видах боротьби.*

Мета: ознайомити із техніками щодо розвитку силових якостей та швидкісних здібностей в спортивних видах боротьби.

Питання для обговорення:

1. Поняття про силу, режими роботи м'язів та види силових якостей.
2. Види швидкісних здібностей і фактори, що їх визначають.

Заняття 3. *Розвиток гнучкості, витривалості та спритності в спортивних видах боротьби.*

Мета: ознайомити із техніками щодо розвитку гнучкості, витривалості та спритності в спортивних видах боротьби.

Питання для обговорення:

1. Види і значення гнучкості та фактори, що визначають її рівень.
2. Методика оцінки витривалості.
3. Методика розвитку спритності єдиноборців.

Модуль 1. Змістовий модуль 2. Спорт вищих досягнень, контроль спортивної підготовки та процедура суддівства.

Лекція 4. Засоби, методи та принципи спортивної підготовки на етапі спеціалізованої підготовки.

7–8-й рік навчання. Характеристика етапу спеціалізованої підготовки; орієнтація на спортивну спеціалізацію; збільшення обсягів сумарного тренувального навантаження; розширення обсягів вправ спеціально-підготовчого характеру.

Лекція 5. Засоби, методи та принципи спортивної підготовки на етапі вищої спортивної майстерності.

Загальна характеристика етапу; удосконалення індивідуальної технічної і тактичної підготовки; підвищення психічної стійкості до навантажень; особливості побудови тренувального процесу.

Практичні заняття:

Заняття 4. Технічна та психологічна підготовка борців та її удосконалення.

Мета: ознайомити із технічною та психологічною підготовкою борців та її удосконалення.

Питання для обговорення:

1. Базові та додаткові прийоми і дії в структурі технічної підготовленості.
2. Загальна психологічна підготовка та психологічна підготовка до змагань.

Заняття 5. Навчальна документація тренера-викладача зі спортивних видів боротьби

Мета: ознайомити із навчальною документацією тренера-викладача зі спортивних видів боротьби

Питання для обговорення:

1. Навчальний план і календарний план змагань.
2. Особисті картки спортсменів.
3. Протокол здачі нормативів.

Індивідуальне завдання

Індивідуальне завдання підлягає захисту студентом на заняттях, які призначаються додатково. Індивідуальне завдання може бути виконане у різних формах.

По-перше, студенти можуть зробити його у вигляді **реферату**.

Реферат повинен мати обсяг від 18 до 24 сторінок А4 тексту (кегель Times New Roman, шрифт 14, інтервал 1,5), включати план, структуру основної частини тексту відповідно до плану, висновки і список літератури, складений відповідно до ДСТУ 8302:2015. В рефераті можна також помістити словник базових понять до теми.

По-друге, індивідуальне завдання може бути виконане у формі **презентації** у форматі Power Point. В цьому разі обсяг роботи визначається індивідуально – залежно від теми.

Література, що рекомендується для виконання індивідуального завдання, наведена у списку рекомендованої літератури, а в електронному вигляді вона розміщена на Освітньому сайті КНУБА, на сторінці кафедри.

Також як виконання індивідуального завдання за рішенням викладача може бути зарахована участь студента у міжнародній або всеукраїнській науково-практичній конференції з публікацією у матеріалах конференції тез виступу (доповіді) на одну з тем, дотичних до змісту дисципліни, або публікація статті на одну з таких тем в інших наукових виданнях.

Текст індивідуального завдання подається викладачу не пізніше, ніж за 2 тижні до початку залікової сесії. Викладач має право вимагати від студента доопрацювання індивідуального завдання, якщо воно не відповідає встановленим вимогам.

Критерії оцінювання індивідуальної роботи

Оцінка за національною шкалою	Кількість балів	Критерії
відмінно	10	відмінне виконання (розкриття теми, посилання та цитування сучасних наукових джерел (не старше 2017 року), дотримання норм доброчесності)
	9	відмінне виконання з незначною кількістю помилок виконання (розкриття теми, посилання та цитування сучасних наукових джерел (більшість з яких не старше 2017 року), дотримання норм доброчесності)
добре	8	виконання вище середнього рівня з кількома помилками (розкриття теми в межах об'єкту та завдань роботи, посилання та цитування сучасних наукових джерел (серед яких є такі, що не старше 2017 року), дотримання норм доброчесності)
	7	виконання з певною кількістю помилок (розкриття теми в межах об'єкту та завдань роботи, наявність посилань та цитувань наукових джерел, дотримання норм доброчесності)
задовільно	6	виконання роботи задовольняє мінімальним критеріям помилок (розкриття теми в основному в межах об'єкту роботи, наявність концептуального апарату роботи, присутність не менше 5 посилань та цитувань наукових джерел, дотримання норм доброчесності)

Критерії оцінювання презентації (відповідність роботи за обсягом, формою, якістю змісту і демонстрації матеріалу).

Методичні матеріали для самостійної роботи студентів повинні передбачати можливість проведення самоконтролю з боку студента. Для самостійної роботи студенту також рекомендують відповідну наукову та фахову монографічну і періодичну літературу, електронні ресурси, у тому числі й освітній сайт Університету.

Методи контролю та оцінювання знань

1. Поточний контроль. Поточний контроль здійснюється на практичних (переважно семінарських) заняттях. Основні форми участі студентів у навчальному процесі, що підлягають поточному контролю:

- виступ на практичних заняттях (відповіді на питання, доповідь);
- доповнення, опонування до виступу, рецензія на виступ;
- участь у дискусіях;
- аналіз першоджерел;
- письмові завдання (тести, розрахункові роботи, індивідуальна робота, презентації) та інші письмові роботи, оформлені відповідно до вимог.

Для різних видів практики готуються документи згідно спрямування практики, що передбачені положенням.

Кожна тема курсу, що винесена на лекційні та практичні заняття, відпрацьовується студентами у тій чи іншій формі, наведеній вище.

Обов'язкова присутність на лекційних заняттях, активність впродовж семестру, відвідування/відпрацювання усіх аудиторних занять, виконання інших видів робіт, передбачених навчальним планом з цієї дисципліни.

При оцінюванні рівня знань студентів аналізу підлягають:

1. Характеристики відповіді: цілісність, повнота, логічність, обґрунтованість, правильність;

2. Якість знань (ступінь засвоєння фактичного матеріалу): осмисленість, глибина, гнучкість, дієвість, системність, узагальненість, міцність;

3. Ступінь сформованості вміння поєднувати теорію і практику під час розгляду ситуацій, практичних завдань;

4. Рівень володіння розумовими операціями: вміння аналізувати, синтезувати, порівнювати, абстрагувати, узагальнювати, робити висновки з проблем, що розглядаються;

5. Досвід творчої діяльності: вміння виявляти проблеми, розв'язувати їх, формувати гіпотези;

6. самостійна робота: робота з навчально-методичною, науковою, допоміжною вітчизняною та зарубіжною літературою з питань, що розглядаються, вміння отримувати інформацію з різноманітних джерел (традиційних; спеціальних періодичних видань, ЗМІ, Internet тощо).

Тестове опитування (усне або письмове) може проводитись за одним або кількома змістовими модулями. В останньому випадку бали, які нараховуються студенту за відповіді на тестові питання, поділяються між змістовими модулями.

Результати поточного контролю заносяться до журналу обліку роботи. Позитивна оцінка поточної успішності студентів за відсутності пропущених та невідпрацьованих практичних занять та позитивні оцінки за індивідуальну роботу є підставою для допуску до підсумкової форми контролю. Бали за аудиторну роботу відпрацьовуються у разі пропусків.

2. Модульний контроль. Модульний контроль з дисципліни представлений у вигляді контрольної роботи (КР).

Вимоги до проведення контрольної роботи: письмове завдання. Завдання для контрольної роботи визначає викладач орієнтуючись на обсяг навчального матеріалу передбачений робочою програмою з дисципліни, яка містить лекційний матеріал, теми семінарських занять, а також теми, рекомендовані для самостійного вивчення.

Альтернативою контрольної роботи можуть бути відповіді на питання в усній формі або виконання студентом індивідуальної роботи, якщо студент з поважних причин, чому надає підтвердження, не зміг виконати контрольну роботу в письмовій формі. В такому випадку викладач і студент обговорюють альтернативні варіанти перевірки якості знань і приходять до єдиного рішення.

3. Підсумковий контроль. Підсумковий контроль здійснюється під час проведення залікової сесії з урахуванням підсумків поточного та модульного контролю. Під час підсумкового контролю враховуються результати здачі усіх видів навчальної роботи згідно зі структурою кредитів.

Оцінювання проводиться за 100-бальною шкалою. Методика оцінювання успішності вивчення дисципліни представлена у таблицях:

**Розподіл балів для дисципліни з формою контролю залік
(денна і заочна форми навчання)**

Поточне оцінювання		Інд. робота	Модульний контроль (КР)	Сума балів
Змістові модулі				
1	2			
30	30	10	30	100

Шкала оцінювання для залікових/екзаменаційних вимог за національною системою та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		Для екзамену, практики	Для заліку
90-100	A	Відмінно	Зараховано
82-89	B	Добре	
74-81	C	Задовільно	
64-73	D		
60-63	E	Незадовільно з можливістю повторного складання	Не зараховано з можливістю повторного складання
35-59	FX		
0-34	F	Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	Не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

Роз'яснення щодо оцінювання якості та повноти засвоєння теоретичного та/або практичного матеріалу представлено у наступній таблиці.

Шкала оцінювання якості знань, умінь, навичок, що засвоєні студентом при проходженні курсу

Оцінка	Кількість балів
ВІДМІННО. Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу в повному обсязі з незначною кількістю (1-2) несуттєвих помилок (вищий рівень)	90-100
ДУЖЕ ДОБРЕ. Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу майже в повному обсязі/ зі значною кількістю несуттєвих помилок (3-4) (вище середнього рівня)	82-89
ДОБРЕ. Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу в неповному обсязі/ незначна кількість (1-2) суттєвих помилок (середній рівень)	74-81
ЗАДОВІЛЬНО. Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу в неповному обсязі/ значна кількість (3-5) суттєвих помилок/недоліків (нижче середнього рівня)	60-73
НЕЗАДОВІЛЬНО. Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу є недостатнім і не задовольняє мінімальні вимоги за результатами навчання. З можливістю повторного складання модулю (низький рівень)	0-59

Орієнтовна тематика/зміст модульної контрольної роботи:

№ з/п	Теми контрольної роботи
1.	Виникнення та етапи розвитку спортивних видів боротьби.
2.	Види спортивної боротьби у програмах Олімпійських ігор.
3.	Засоби, що використовуються в тренувальному процесі.
4.	Методи навчання.
5.	Використання технічних засобів у навчальному процесі.
6.	Набір та відбір у групи початкової підготовки.
7.	Зміст етапу початкової підготовки.
8.	Техніка виконання загально-розвиваючих, допоміжних ,спеціально-підготовчих та змагальних вправ.
9.	Характеристика етапу попередньої базової підготовки.
10.	Особливості планування змагальної діяльності на етапі попередньої базової підготовки.
11.	Задачі етапу попередньої базової підготовки.
12.	Загальна характеристика етапу базової підготовки.
13.	Особливості і методика розвитку рухових якостей на етапі базової підготовки.
14.	Формування тактичних знань, умінь і навичок на етапі базової підготовки.
15.	Характеристика етапу спеціалізованої підготовки.
16.	Задачі етапу, визначення та характеристика головних ознак.
17.	Форсована підготовка спортсменів на етапі спеціалізованої підготовки.
18.	Загальна характеристика етапу підготовки до вищих досягнень.
19.	Особливості побудови тренувального процесу на етапі підготовки до вищих досягнень.
20.	Удосконалення індивідуальної технічної і тактичної підготовки.
21.	Контроль підготовки спортсменів спортивних видів боротьби.
22.	Методи і засоби педагогічного контролю.

23.	Визначення рівня фізичної та технічної підготовленості борців.
24.	Організація і проведення змагань зі спортивних видів боротьби.
25.	Заявки, положення і кошторис змагань.
26.	Особливості суддівства змагань зі спортивних видів боротьби.

Питання для підсумкового контролю (залік): за темами лекцій і практичних занять семестру:

1. Історія розвитку греко-римської боротьби.
2. Історія розвитку вільної боротьби.
3. Історія розвитку боротьби дзю-до.
4. Історія розвитку боротьби самбо.
5. Історія розвитку боротьби джіу-джіцу та греплінгу
6. Історія розвитку пляжної боротьби та боротьби сумо.
7. Як проводиться набір та відбір у групи початкової підготовки.
8. Охарактеризувати діяльність тренера в групах початкової підготовки.
9. Охарактеризувати специфіку етапу базової підготовки.
10. Дати характеристику етапу спеціалізованої підготовки.
11. Основні відмінності етапу вищої спортивної майстерності.
12. Охарактеризувати процес розвитку силових якостей та швидкісних здібностей у в спортивних видах боротьби
13. Охарактеризувати процес розвитку гнучкості, витривалості та спритності в спортивних видах боротьби
14. В чому полягає технічна та психологічна підготовка борців та її удосконалення?
15. Методи контролю підготовки спортсменів у спортивних видах боротьби.
16. Методи удосконалення спеціальної фізичної підготовки борців.
17. Назвати та охарактеризувати навчальну документацію тренера-викладача зі спортивних видів боротьби.
18. Основні підходи та особливості організації та проведення змагань зі спортивних видів боротьби.
19. Особливості суддівства змагань зі спортивних видів боротьби.
20. Охарактеризувати техніку та методику навчання греко-римської боротьби.
21. Побудова тренувального процесу греко-римської боротьби.
22. Охарактеризувати техніку та методику навчання вільної боротьби.
23. Побудова тренувального процесу у вільній боротьбі.
24. Охарактеризувати техніку та методику навчання боротьби дзю-до.
25. Побудова тренувального процесу в боротьбі дзю-до.
26. Охарактеризувати техніку та методику навчання боротьби самбо.
27. Побудова тренувального процесу в боротьбі самбо.
28. Охарактеризувати техніку та методику навчання боротьби джіу-джіцу та греплінгу.
29. Побудова тренувального процесу в боротьбі джіу-джіцу та греплінгу.

30. Охарактеризувати техніку та методику навчання пляжної боротьби та боротьби сумо.

31. Побудова тренувального процесу у пляжній боротьбі та боротьбі сумо.

32. Назвати методи та засоби навчання базовим вправам у спортивних видах боротьби.

33. Особливості побудови спортивної підготовки жінок у спортивних видах боротьби.

Політика щодо академічної доброчесності

Тексти індивідуальних завдань (в т.ч. у разі, коли вони виконуються у формі презентацій або в інших формах) можуть перевірятись на плагіат. Для цілей захисту індивідуального завдання оригінальність тексту має складати не менше 70%. Виключення становлять випадки зарахування публікацій Здобувачів у матеріалах наукових конференціях та інших наукових збірниках, які вже пройшли перевірку на плагіат.

Списування під час тестування та інших опитувань, які проводяться у письмовій формі, заборонені (в т.ч. із використанням мобільних девайсів). У разі виявлення фактів списування з боку здобувача він отримує інше завдання. У разі повторного виявлення призначається додаткове заняття для проходження тестування.

Політика щодо відвідування

Здобувач, який пропустив аудиторне заняття з поважних причин, має продемонструвати викладачу та надати до деканату факультету документ, який засвідчує ці причини.

За об'єктивних причин (хвороба, міжнародне стажування, наукова та науково-практична конференція (круглий стіл) тощо) навчання може відбуватись в он-лайн формі за погодженням із керівником курсу.

Умови допуску до підсумкового контролю

Здобувачу, який має підсумкову оцінку за дисципліну від 35 до 59 балів, призначається додаткова залікова сесія. В цьому разі він повинен виконати додаткові завдання, визначені викладачем.

Здобувач, який не виконав вимог робочої програми по змістових модулях, не допускається до складання підсумкового контролю. В цьому разі він повинен виконати визначене викладачем додаткове завдання по змісту відповідних змістових модулів в період між основною та додатковою сесіями.

Здобувач має право на опротестування результатів контролю (апеляцію). Правила подання та розгляду апеляції визначені внутрішніми документами КНУБА, які розміщені на сайті КНУБА та зміст яких доводиться Здобувачам до початку вивчення дисципліни.

Методичне забезпечення дисципліни

Навчальні посібники:

1. Абдуллаєв А.К., Воронін Д.Є., Ребар І.В. Навчально-методичний посібник Теорія і методика викладання вільної боротьби – Мелітополь, 2012. – 356 с.
2. Пістун А. І. Спортивна боротьба: [навч. посібник] / А. І. Пістун. – Львів: «Тріада плюс», 2008. – 862 с.
3. Товт В.А. Теорія і практика національної системи спорту для всіх / Навчальний посібник / Укладачі: В.А.Товт, В.Я.Сусла. – Ужгород: ПП «Данило С.І.».2017 – С. 103–110.
4. Костюкевич В.М. Теорія і методика спортивної підготовки у запитаннях і відповідях: Навчально-методичний посібник / В.М. Костюкевич. – Вінниця: Планер, 2016. – 159 с. 11.
5. Гринь О.Р. Психологічне забезпечення та супровід підготовки кваліфікованих спортсменів: навч. посібник / О.Р. Гринь; НУФВСУ. – Київ: Олімпійська літ., 2015. – 276 с.
6. Кайда Д.В. Вільна боротьба: навчальний посібник /Д.В. Кайда, О.Є. Комаревич, В.В. Пашкевич; МОНУ, НУВГП. – Рівне: НУВГП, 2012. – 98 с.
7. Корносенко О. К. Теорія і методика викладання рухливих ігор і забав: навчальний посібник для студ. вищ. навч. закладів / О.К. Корносенко, В.В. Бондаренко, П.В. Хоменко; МОНМСУ, Полтавський НПУ ім. В.Г. Короленка. – Полтава: Видавець Шевченко Р. В., 2012.
8. Коробейніков Г. В. Оцінка та корекція психофізіологічних станів у спорті: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів /Г.В. Коробейніков, Л.Г. Коробейнікова, Ж.Л. Козіна; МОНМСУ, ХНПУ ім. Г.С. Сковороди. – Харків: [б. в.], 2012. – 342 с.
9. Шандригось В.І. Спортивна боротьба з методикою викладання: Навчальний посібник. – Тернопіль: ТДПУ, 2003. – 224 с.
10. Рухливі ігри з елементами єдиноборств: Навчально-методичний посібник / В.І. Шандригось. – 2-ге вид. доповнене і перероблене. – Тернопіль: Вектор, 2013. – 60 с.
11. Шинкарук О.А. Теорія і методика підготовки спортсменів: управління, контроль, відбір, моделювання та прогнозування в олімпійському спорті: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закладів /О.А. Шинкарук; МОНУ, НУФВСУ. – Київ: НВП Поліграфсервіс, 2013. – 136 с.

Нормативно-правові документи:

12. Закон України Про фізичну культура і спорт. – Електронний ресурс. – Режим доступу: <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/3808-12/page>
13. Інструктивно-методичні рекомендації «Організація фізкультурно-оздоровчої роботи у дошкільних навчальних закладах» (Лист МОН від 02.09.2016 № 1/9-456).
14. Концепція Загальнодержавної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на період до 2020 року. URL: <https://www.kmu.gov.ua/ua/npas/249793397>

15. Наказ Державного комітету України з питань фізичної культури і спорту від 28 березня 2003р. № 805 «Про затвердження Методичних рекомендацій щодо діяльності центрів фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх».
16. Наказ Міністерства праці та соціальної політики в Україні від 07.08.2003 № 222 «Про умови оплати праці працівників центрів фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх»
17. Національна доктрина розвитку освіти України у XXI столітті. – К., 2001.
18. Національна стратегія з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» (Указ Президента України від 9 лютого 2016 року № 42/2016). – Електронний ресурс. – Режим доступу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/42/2016/print1465286153060829>
19. Положення про центри фізичного здоров'я населення "Спорт для всіх" затвердженого наказом Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України від 10.11.2011 р. за N1285 (внесено зміни і доповнення 17.12.2012 № 1429).
20. Постанова Кабінету Міністрів України від 13.12.2004 N 1641 (1641-2004-п) "Про затвердження заходів з реалізації Національної доктрини розвитку фізичної культури і спорту у 2005 році" «ПОЛОЖЕННЯ про організацію фізичного виховання і масового спорту в дошкільних, загальноосвітніх та професійно-технічних навчальних закладах України»
21. Стан виконання Плану заходів щодо реалізації Національної стратегії з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року «Рухова активність – здоровий спосіб життя – здорова нація» на 2017 рік в Миколаївській області. URL: <http://nocsport.mk.ua/news/detail/619>
22. Указ Президента України від 28.09.2004 N 1148 (1148/2004) "Про Національну доктрину розвитку фізичної культури і спорту
23. Стандарт вищої освіти за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» (бакалавр), наказ № 567, від 24.04.2019р. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/vishcha-osvita/zatverdzeni%20standarty/2021/07/28/017-Fizkultura.sport-bakalavr.28.07.pdf>

Методичні роботи:

24. Марзаганов, Х.Т. Історія розвитку боротьби самбо і дзюдо: метод. вказівки для студ всіх спеціальностей /Х.Т. Марзаганов; МОНУ, Івано-Франківський НТУНГ, Кафедра фіз. виховання і спорту. – Івано-Франківськ: Факел, 2007. – 24 с.
25. Марзаганов, Х.Т. Історія розвитку спортивної боротьби: метод. вказівки для студентів всіх спеціальностей / Х.Т. Марзаганов; МОНУ, Івано-Франківський НТУНГ, Кафедра фіз. виховання і спорту. – Івано-Франківськ: Факел, 2004. – 24 с.
26. Спортивна боротьба. Методичні рекомендації до виконання практичних і самостійних занять з дисципліни «Спортивна боротьба з методикою

викладання» (для студентів факультету фізичної культури) / В.Й. Мазур, М.Б. Гуска. – Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2015. – 148 с.

Інформаційні ресурси:

27. МОЗ України рекомендує [Електронний ресурс]: режим доступу: <http://moz.gov.ua/article/news/moz-ukraini-predstavilo-rekomendacii-zizdorovogo-harchuvannja>.
28. <http://library.knuba.edu.ua/> – Бібліотека Київського національного університету будівництва та архітектури.
29. <https://org2.knuba.edu.ua/> – Освітній сайт Київського національного університету будівництва та архітектури.
30. <http://www.nbu.gov.ua> – Національна бібліотека України ім.Вернадського, м. Київ, пр. Голосіївський, 3