

Шифр Спеціальності <b>017</b>	Назва спеціальності, освітньої програми <b>Фізична культура і спорт</b>	Сторінка 1 з 4
-------------------------------------	---	----------------

Київський національний університет  
будівництва і архітектури  
Кафедра Фізичного виховання і спорту  
«Затверджую»

Шифр Спеціальності <b>017</b>	Назва спеціальності, освітньої програми <b>Фізична культура і спорт</b>	Сторінка 1 з 4
-------------------------------------	---	----------------

Завідувач кафедри

Шамич О.М.

«31» травня 2023 р.

Розробник силябуса

Озерова О.А.



## СИЛАБУС

### «ПРОФЕСІЙНО-ПЕДАГОГІЧНЕ УДОСКОНАЛЕННЯ (ОБРАНИЙ ВИД СПОРТУ)»

(назва освітньої компоненти (дисципліни))

1) Шифр за освітньою програмою: <u>ОК.35</u>
2) Навчальний рік: <u>2023-2024</u>
3) Освітній рівень: Бакалавр
4) Форма навчання: денна, заочна, дуальна, дистанційна, змішана
5) Галузь знань: 01 ОСВІТА/ПЕДАГОГІКА
6) Спеціальність, назва освітньої програми: <b>017 Фізична культура і спорт</b>
8) Статус освітньої компоненти: (обов'язкова чи вибіркова) <b>обов'язкова</b>
9) Семестр: VII-VIII
11) Контактні дані викладача: (зазначається посада, вчений ступінь, ПІБ викладача, корпоративна адреса електронної пошти, телефон, посилання на сторінку викладача на сайті КНУБА) доцент, канд.наук з ФВіС, О.А. Озерова, <a href="mailto:ozerovala@knuba.edu.ua">ozerovala@knuba.edu.ua</a> м/т. (068)330-38-42.
12) Мова викладання: українська
13) Пререквізити: «Вступ до спеціальності», «Теорія спорту», «Гігієна фізичного виховання і спорту», «Підвищення спортивної майстерності», «Анатомія людини з основами спортивної морфології», «Біохімія та біохімічні основи ФВіС», «Фізіологія спорту», «Теорія і методика спортивної підготовки» та інших профільних дисциплін.
14) Мета курсу – оволодіння фаховими знаннями, уміннями, навичками та уміння застосовувати їх в спортивній практиці за обраним видом спорту.

**15) Результати навчання:**

№	Програмний результат навчання	Метод перевірки навчального ефекту	Форма проведення занять	Посилання компетентності
1.	ПРН04. Показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення.	Опитування, доповіді, контрольні роботи, презентації, тестування, курсова робота, залік, екзамен.	Лекції, практичні заняття, консультації	ІК ЗК 1,4,9,12 СК 2,7,14
2.	ПРН05. Засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.			
3.	ПРН08. Здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань.			
4.	ПРН15. Визначати функціональний стан організму людини та обґрунтовувати вибір засобів профілактики перенапруження систем організму осіб, які займаються фізичною культурою і спортом.			
5.	ПРН17. Знати та розуміти сутність, принципи, методи, форми та організацію процесу навчання і виховання людини			
6.	ПРН18. Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.			
7.	ПРН21. Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.			

**16) Структура курсу (для денної/заочної):**

Лекції, год.	Практичні заняття, год.	Лабораторні заняття, год.	Курсовий проект/ курсова робота РГР/Контрольна робота	Самостійні робота здобувача, год.	Форма підсумкового контролю
26	28		Контрольна робота	96	Залік
20	20		Курсова робота	110	Екзамен
<b>Сума годин:</b>				150	
<b>Загальна кількість кредитів ECTS</b>				5	
<b>Кількість годин (кредитів ECTS) аудиторного навантаження:</b>				54	
				40	

**17) Зміст курсу (Д/З форми): (окремо для кожної форми занять – Л/Пр/Лаб/ КР/СРС)**

**ДЕННА ФОРМА: Модуль 1.**

**Змістовий модуль 1. Професійна діяльність у спорті вищих досягнень (16 годин).**

Лекція 1. Професійна діяльність в спорті.

Специфіка спорту як виду діяльності людини. Спорт як результат діяльності людини та сукупність цінностей.

Види професійної діяльності в Олімпійському та Професійному спорті. Чинники середовища, що впливають на роботу тренера. Характеристика окремих видів діяльності в Олімпійському і Професійному спорті.

Специфіка дидактичних принципів в спорті.

Лекція 2. Тренер-професіонал.

Структура підготовленості тренера. Структура загально-теоретичної базової підготовленості тренера.

Структура спеціально-теоретичної підготовленості тренера. Структура професійно-спеціальної підготовленості тренера. Структура професійно-практичної підготовленості тренера. Функції тренера. Рівні професійної майстерності тренера. Види професійно-педагогічних здібностей тренера. Дидактичні здібності тренера. Перцептивні здібності тренера. Конструктивні здібності тренера. Експресивні здібності тренера.

Комунікативні здібності тренера. Організаторські здібності тренера. Особистість тренера як чинник успішності підготовки.

Стилі керівництва групою. Авторитарний стиль керівництва. Демократичний стиль керівництва. Ліберальний стиль керівництва. Маніпулятивний стиль керівництва. Непослідовний стиль керівництва.

Лекція 3. Педагогічна діяльність тренера.

Зміст педагогічної діяльності тренера. Знання системи підготовки. Спортивно-прикладні знання. Вплив занять спортом на особистість. Вплив занять спортом на всебічний розвиток особи. Вплив занять спортом на

формування моральних якостей. Вплив занять спортом на інтелектуальний розвиток особи. Вплив занять спортом на розвиток вольових якостей. Можливий негативний вплив спорту на особистість. Структура та зміст щоденника на самоконтролю спортсмена. Методи візуального контролю технічної і тактичної підготовленості. Характеристика змагальної діяльності в обраному виді спорту. Основні засоби та методи передачі інформації в навчально-тренувальному процесі. Словесні засоби та методи передачі інформації в навчально-тренувальному процесі. Вимоги до мови тренера. Безпосередній та опосередкований показ як засіб передачі інформації в навчально-тренувальному процесі. Допоміжні засоби і методи передачі інформації. Спеціальні пристрої термінової інформації.

Лекція 4. Побудова підготовки кваліфікованих спортсменів.

Дотримання у періодизації творчого застосування закономірностей та принципів спортивної підготовки замість формальних схем, підігнаних під календар змагань. Оптимізація побудови чотирирічних олімпійських циклів. Продовження періоду успішних виступів спортсменів на заключних етапах спортивної кар'єри. Відбір та включення в предметну область теорії результатів різноманітних наукових досліджень і даних практичного досвіду матеріалу з побудови мега-, макро-, мезо- та мікроструктур підготовки спортсменів.

Лекція 5. Удосконалення змісту тренувального процесу спортсменів.

Проблема форсованої підготовки на першій стадії багаторічного вдосконалення. Приріст обсягу тренувальної діяльності. Дотримання строгої відповідності системи тренування спортсменів високого класу специфічним умовам обраного для спеціалізації виду спорту. Досягнення динамічності системи підготовки, її оперативної корекції на основі постійного вивчення та врахування як загальних тенденцій розвитку олімпійського спорту, так і особливостей розвитку конкретних його видів - зміна правил змагань і умов їх проведення, застосування нового інвентарю та обладнання, розширення календаря і зміна значимості різних змагань тощо. Відбір та включення в предметну область теорії результатів різноманітних наукових досліджень і даних практичного досвіду матеріалу з удосконалення різних сторін спортивної підготовки.

Лекція 6. Об'єктивізація управління підготовкою спортсменів.

Максимальна орієнтація на індивідуальні задатки та здібності спортсмена під час вибору спортивної спеціалізації, системи багаторічної підготовки, визначені раціональної структури змагальної діяльності тощо. Вдосконалення системи управління тренувальним процесом на основі об'єктивізації знань про структуру змагальної діяльності та підготовленості з урахуванням як загальних закономірностей становлення спортивної майстерності в конкретному виді спорту, так і індивідуальних можливостей спортсменів. Відбір та включення в предметну область теорії результатів різноманітних наукових досліджень і даних практичного досвіду матеріалу з удосконалення прогнозування, моделювання, контролю, відбору у спортивній підготовці.

Лекція 7. Актуальні проблеми підвищення ефективності змагальної діяльності спортсменів.

Приріст обсягу змагальної діяльності. Протиріччя, які виникли у сфері спорту. Дотримання відповідності системи підготовки до головних змагань географічним та кліматичним умовам місць проведення змагань. Орієнтація всієї системи спортивного тренування на досягнення оптимальної структури змагальної діяльності. Відбір та включення в предметну область теорії результатів різноманітних наукових досліджень і даних практичного досвіду матеріалу з оптимізації участі спортсменів у змаганнях, підвищення ефективності їх змагальної діяльності.

Лекція 8. Змагальна діяльність та її моделювання у спорті.

Змагання як системоутворюючий чинник. Змагальна діяльність в спорті. Моделювання змагальної діяльності.

## **Змістовий модуль 2. (14 годин)**

### **Практичні заняття:**

Заняття 1. Тема для обговорення: Професійна діяльність фахівців фізичної культури та спорту.

Заняття 2. Тема для обговорення: Сучасні уявлення про сутність і структуру діяльності тренера.

Заняття 3. Тема для обговорення: Аналіз підготовки майбутнього тренера-викладача у ЗВО України до професійної діяльності.

Заняття 4. Тема для обговорення: Особливості підготовки майбутнього тренера-викладача до професійної діяльності у ЗВО.

Заняття 5. Тема для обговорення: Специфіка дидактичних принципів в спорті.

Заняття 6. Тема для обговорення: Наукові проблеми побудови підготовки спортсменів на першій та другій стадії багаторічного удосконалення.

Заняття 7. Тема для обговорення: Проблеми прогнозування, моделювання та контролю у підготовці спортсменів. Удосконалення відбору спортсменів та орієнтації їх підготовки.

## **Модуль 2.**

### **Змістовий модуль 1. Використання ергогенних засобів у тренувальному та змагальному процесі спортсменів високого класу. Техніко-фізичні та тактико-психологічні аспекти у спорті вищих досягнень. (10 годин)**

Лекція 9. Засоби відновлення та стимуляції працездатності в системі підготовки.

Ергогенні в перекладі з грецької мови означає «те, що виробляє енергію». Ергогенні засоби можуть бути

представлені у вигляді тренувальної техніки, лікарських препаратів, психологічних методик або особливого режиму харчування.

Головне завдання ергогенних засобів – допомогти людині адаптуватися до навантажень, запобігти перевтоми і підвищити спортивні результати. Однак фахівці, вчені та спортсмени все ще не прийшли до єдиної думки про те, які саме засоби можна називати ергогенними.

Лекція 10. Удосконалення тактичного мислення у спортсменів високого класу.

При тактичному мисленні, в спорті вищих досягнень вибір рішення здійснюється при виконанні ряду пізнавальних і перетворюючих операцій, коли отримана інформація створює у спортсменів образ тактичної обстановки. У такому випадку мислення ґрунтується на "баченні з місця" всього рішення з початку до кінця. Специфіка тактичного мислення в спорті визначається тим, що воно носить наочно-образний і дієвий характер; об'єднує ж його з оперативним мисленням те, що в кожному з двох цих видів мислення можна виявити такі інтелектуальні операції, як структурування, динамічне впізнавання і формування алгоритму рішення.

Методами розвитку тактичного мислення є: метод тренування з суперником, метод тренування з умовним суперником. Вправи на спеціальних снарядах, тренажерних пристроях, індивідуальні заняття з тренером, тренувальні і змагальні поєдинки служать основними засобами для вдосконалення тактичного мислення

Лекція 11. Спеціалізовані сприйняття в спорті вищих досягнень.

Спеціалізовані сприйняття численні недостатньо вивчені (зовнішні умови, орієнтири, спортивний інвентар, технічне обладнання) і у спортивній практиці зустрічаються:

«Почуття води». Складне і тонке сприйняття опору води, яке властиве, що називають його ще і як «почуття опори». Основою цього почуття служить взаємозв'язок функції двох аналізаторів: рухового (відчуття напрямку, амплітуди зусиль при виконанні гребків) і шкірного (відчуття температури, тиску і дотику води).

«Почуття м'яча». Виникає й удосконалюється в представників усіх спортивних ігор з м'ячем. У кожному окремому виді спорту має свою специфіку.

«Почуття планки». Воно притаманне стрибунам у висоту з розбігу і із жердиною. Засновано на діяльності рухового і зорового аналізаторів, на відчуттях положення тіла в повітрі, зоровому сприйнятті планки (це дуже важливо) за мить до перельоту через неї.

Лекція 12. Психологічні чинники успішності процесу підготовки.

Психологічна підготовка спортсмена будь-якої спеціалізації на різних етапах його професійного становлення є однією з найважливіших складових частин його підготовки. Тривалий час поширюється думка про те, що для успіхів у змаганнях різного рівня спортсменам необхідно мати не лише високий рівень фізичної, технічної та тактичної підготовленості, а також відповідний рівень психологічної готовності спортсменів. Психологічна підготовка сприяє розв'язанню організуючих, мобілізуючих і виконавчих завдань у процесі спортивної підготовки спортсменів командних видів спорту, вона здійснюється у комплексній співпраці тренерським складом і спеціалістами-психологами.

Лекція 13. Рекомендації з техніки безпеки під час занять різними видами спорту.

У вітчизняній та зарубіжній літературі достатньо широко висвітлені проблеми боротьби з різними видами травматизму, в т.ч. і спортивному. Проте, перш за все, на нашу думку доцільно було б спочатку характеристику травм та нещасних випадків, які трапляються під час занять фізичним вихованням та спортом, розглянути головні причини їх виникнення, дати визначення поняттям травма, види травм та надати певні знання щодо надання першої медичної допомоги.

Спортивний травматизм становить 2-5% від загального травматизму (побутового, вуличного, виробничого).

Деякі розбіжності в цифрах пов'язані з тим, що спортивний травматизм залежить, як від травматизму виду спорту, так і від ступеня зайнятості опитуваних людей спортом. Травматизм у різних видах спорту неоднаковий. Природно, що чим більше людей, які займаються тим або іншим видом спорту, тим відносно більше в цьому виді спорту травм.

## **Змістовий модуль 2. (14 годин)**

### **Практичні заняття:**

Заняття 8. Тема для обговорення: Характеристика засобів стимуляції працездатності та відновлення організму.

Заняття 9. Тема для обговорення: Фармакологічний супровід в спорті.

Заняття 10. Тема для обговорення: Заборонені препарати та методи в спорті

Заняття 11. Тема для обговорення: Удосконалення фізико-технічної підготовки спортсменів.

Заняття 12. Тема для обговорення: Удосконалення техніко-тактичної підготовки спортсменів.

Заняття 13. Тема для обговорення: Удосконалення тактико-психологічної підготовки спортсменів. Інтегральна підготовка.

Заняття 14. Тема для обговорення: Розповсюдженість травм у різних видах спорту.

## **ЗАОЧНА ФОРМА: Модуль 1.**

### **Змістовий модуль 1. Професійна діяльність у спорті вищих досягнень (10 годин).**

Лекція 1. Професійна діяльність в спорті. Тренер-професіонал. Педагогічна діяльність тренера.

Лекція 2. Побудова підготовки кваліфікованих спортсменів.

Лекція 3. Удосконалення змісту тренувального процесу спортсменів.

Лекція 4. Об'єктивізація управління підготовкою спортсменів.

Лекція 5. Актуальні проблеми підвищення ефективності змагальної діяльності спортсменів. Змагальна діяльність та її моделювання у спорті.

**Змістовий модуль 2. (10 годин)**

**Практичні заняття:**

Заняття 1. Тема для обговорення: Професійна діяльність фахівців фізичної культури та спорту.

Заняття 2. Тема для обговорення: Сучасні уявлення про сутність і структуру діяльності тренера.

Заняття 3. Тема для обговорення: Аналіз підготовки майбутнього тренера-викладача у ЗВО України до професійної діяльності. Особливості підготовки майбутнього тренера-викладача до професійної діяльності у ЗВО.

Заняття 4. Тема для обговорення: Наукові проблеми побудови підготовки спортсменів на першій та другій стадії багаторічного удосконалення.

Заняття 5. Тема для обговорення: Проблеми прогнозування, моделювання та контролю у підготовці спортсменів. Удосконалення відбору спортсменів та орієнтації їх підготовки.

**Модуль 2.**

**Змістовий модуль 1. Використання ергогенних засобів у тренувальному та змагальному процесі спортсменів високого класу. Техніко-фізичні та тактико-психологічні аспекти у спорті вищих досягнень. (10 годин)**

Лекція 6. Засоби відновлення та стимуляції працездатності в системі підготовки.

Лекція 7. Удосконалення тактичного мислення у спортсменів високого класу.

Лекція 8. Спеціалізовані сприйняття в спорті вищих досягнень.

Лекція 9. Психологічні чинники успішності процесу підготовки.

Лекція 10. Рекомендації з техніки безпеки під час занять різними видами спорту.

**Змістовий модуль 2. (10 годин)**

**Практичні заняття:**

Заняття 6. Тема для обговорення: Характеристика засобів стимуляції працездатності та відновлення організму.

Заняття 7. Тема для обговорення: Фармакологічний супровід в спорті. Заборонені препарати та методи в спорті.

Заняття 8. Тема для обговорення: Удосконалення фізико-технічної підготовки спортсменів. Удосконалення техніко-тактичної підготовки спортсменів.

Заняття 9. Тема для обговорення: Удосконалення тактико-психологічної підготовки спортсменів. Інтегральна підготовка.

Заняття 14. Тема для обговорення: Розповсюдженість травм у різних видах спорту.

**Самостійна робота (теми курсової роботи):**

№ з/п	Назва тем
1.	Змагальна діяльність в системі спортивної підготовки (обраний вид спорту)
2.	Удосконалення змісту тренувального процесу спортсменів (обраного виду спорту).
3.	Об'єктивізація управління підготовкою спортсменів (в обраному виді спорту).
4.	Проблеми застосування ергогенних чинників у спортивній підготовці (на прикладі обраного виду спорту).
5.	Проблеми підготовки спортивного резерву в умовах сучасних закладів позашкільної освіти.
6.	Наукові проблеми сучасної спортивної підготовки.
7.	Теоретичні, методичні та організаційні основи підготовки спортсменів (в обраному виді спорту).
8.	Актуальні проблеми юнацького спорту.
9.	Інтегральна підготовка спортсменів в обраному виді спорту.
10.	Особливості тренувального процесу на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей.
11.	Особливості тренувального процесу на етапі збереження спортивних досягнень.
12.	Особливості тренувального процесу на етапі зниження спортивних досягнень та виходу зі спорту.
13.	Тактико-технічна підготовка кваліфікованих спортсменів в обраному виді спорту.
14.	Тактична підготовка кваліфікованих спортсменів в обраному виді спорту.
15.	Тактика і стратегія в спорті (на прикладі обраного виду спорту).
16.	Удосконалення технічної майстерності спортсменів в обраному виді спорту.
17.	Техніко-фізична підготовка спортсменів в обраному виді спорту.
18.	Роль психологічної підготовки спортсменів в обраному виді спорту.

19.	Розвиток спеціалізованих сприйнятів в спорті вищих досягнень.
20.	Визначення рівня тактичного мислення у кваліфікованих спортсменів.
21.	Значення спортивного відбору і спортивної орієнтації в обраному виді спорту.
22.	Моделювання та планування в спортивній діяльності.
23.	Моделювання в спорті як метод дослідження.
24.	Моделльні характеристики в спорті.
25.	Використання інноваційних засобів підвищення рівня підготовленості спортсменів в обраному виді спорту.
<b>Всього годин (д/з): 96-110</b>	

**Курсовий проект/Курсова робота/РГР/Контрольна робота:**

(тематика, зміст): *Тематика модульної контрольної роботи формується згідно тем лекцій та практичних занять відповідно до семестру (модулю 1).*

*Теми курсових робіт: теми для самостійної роботи*

**18) Основна література:**

**Підручники:**

1. Волков Л.В. Теорія і методика дитячого та юнацького спорту. Підручник /Л.В. Волков. Вид. 2-е, пер. і доп. - К.: Освіта України, 2016. – 464 с.
2. Платонов В.М. Сучасна система спортивного тренування: підручник/ В.М. Платонов. К.: Перша друкарня, 2021. – 672 с.
3. Платонов В. Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и её практическое применение / В. Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 2013. – 624 с.
4. Сергієнко Л.П. Теорія та методика дитячого і юнацького спорту : підручник / Л.П. Сергієнко. – К.: Кондор-Видавництво, 2016. – 542.
5. Сергієнко Л.П. Відбір у різні види спорту: Підручник /Л.П.Сергієнко. -Тернопіль: Навчальна книга. -Богдан, 2010. -784 с.

**Навчальні посібники:**

6. Бондарчук А.П. Періодизація спортивного тренування/ А.П.Бондарчук,- К.: Аграрна наука, 2000.- 568 с.
7. Воронова В. І. Психологія спорту: навчальний посібник / В. І. Воронова. – К.: Олімпійська література, 2007. – 271 с.
8. Загальна теорія підготовки спортсменів : курс лекцій і практикум: навч.-метод. посіб. для студентів галузі знань 0102 «Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини» / О. М. Бурла та інші – Суми: Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2016. – 2-е вид., випр. і доп. – 184 с.
9. Височіна Н. Л. Психологічне забезпечення у системі підготовки/спортсменів в олімпійському спорті / Н. Л. Височіна. – Київ: Центр учбової літератури, 2017. – 384 с.
10. Вознюк Т.В. Основи теорії та методики спортивного тренування. Вінниця: ФОП Корзун Д.Ю. 2016. - 240 с.
11. Волков Л.В. Фізична підготовка школярів / Л.В. Волков. – К.: «Освіта України», 2014. – 216 с.
12. Добринський В. С, Мудрик Ж. С., Савчук С. І., Валькевич О. В, Захожа Н. Я. Комплексний контроль фізичного стану, навчально-тренувальної та змагальної діяльності спортсменів: метод. рекомендації. - Луцьк: Вежа-Друк, 2021. - 112 с.
13. Дутчак М. В. Спорт для всіх в Україні: теорія та практика / М. В. Дутчак. - Київ: Олімпійська література, 2009. - 280 с.
14. Костюкевич В.М. «Теорія і методика спортивної підготовки у запитаннях і відповідях»: Навчально-методичний посібник / В.М. Костюкевич. – Вінниця: Планер, 2016. – 159 с.
15. Костюкевич В.М. Теоретико-методичні основи контролю у фізичному вихованні та спорті: монографія / В.М. Костюкевич, Є.П. Врублевський, Т.В. Вознюк та ін.; за ред. В.М. Костюкевича. – Вінниця: «Планер», 2017. – 191 с.
16. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. К.: Олимпийская литература, 1999. – 318 с.
17. Мудрик Ж.С., Добринський В. С., Деделюк Н.А. Теорія спорту : Методичні рекомендації. – Луцьк: СЛУ ім. Лесі Українки, 2018. – 90 с.
18. Павленко Ю.О. Науково-методичне забезпечення підготовки спортсменів в олімпійському спорті / Ю. О. Павленко. – К.: Олімп. л-ра, 2011. – 311 с.
19. Пітин М. Теоретична підготовка в спорті: монографія / Мар'ян Пітин. – Л.: ЛДУФК, 2015. – 372с.
20. Платонов В. Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и её практическое применение / В. Н. Платонов. – К.: Олимпийская литература, 2013. – 624 с.
21. Система олімпійської підготовки: основи менеджменту / [Бубка С. Н., Булатова М. М., Гуніна Л. М., Павленко Ю. О. та ін.; під ред. С. Н. Бубки, В. М. Платонова]. – К.: Перша друкарня, 2018. – 624 с.
22. 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.
23. Рибковський А.Г., Канишевський С.М. Системна організація рухової активності людини. Донецьк: ДонНУ, 2003. -436 с.
24. Фролова Л. С., Глазирін І. Д. Фахова виробнича практика: спортивно-масова та фізкультурно-оздоровча робота [навчальний посібник]. – Черкаси: Вид. ЧНУ – 2013. – 278 с.
25. Шинкарук О.А. Теорія і методика дитячо-юнацького спорту: навчальний посібник/ О.А. Шинкарук, Е.О Павлюк, Е.М. Свірчуна, В.В. Флерчук. – Хмельницьк: ХНУ, 2011 – 143 с.

**Конспекти лекцій:**

**Методичні роботи:**

26. Маляр Е.І., Маляр Н.С. Методика розвитку рухових якостей юних спортсменів: Методичні рекомендації / Тернопіль, ТНЕУ: Економічна думка, 2018. 29 с.
27. Канишевський С.М., Киселевська С.М. Теорія спорту: методичні вказівки. – Київ: КНУБА, Талком, 2023. – 27 с.

**19) Додаткові джерела:**

**Інформаційні ресурси:**

Зайцева В.Н. Теория спортивной тренировки с основами методик: Учебник для студентов IV курса высших учебных заведений. - Запорожье: ЗГУ, 2003 – 192 с. [Електронний ресурс]. Режим доступу: [http://web-files.znu.edu.ua/bank/2008/11/47/3508\\_1226937573\\_03\\_04\\_06\\_Met\\_mat.pdf](http://web-files.znu.edu.ua/bank/2008/11/47/3508_1226937573_03_04_06_Met_mat.pdf)

Тестові завдання: [Електронний ресурс] Режим доступу: [http://web-files.znu.edu.ua/bank/2008/11/47/3508\\_1226937734\\_07\\_Testi.pdf](http://web-files.znu.edu.ua/bank/2008/11/47/3508_1226937734_07_Testi.pdf)

Платонов В., Сахновский К., Озимек М. Теория и методика подготовки спортсмена: современная стратегия многолетней спортивной подготовки [Електронний ресурс]. Режим доступу: [http://www.nbu.gov.ua/portal/Soc\\_Gum/nos/texts/2003\\_1/pdf/art\\_3.pdf](http://www.nbu.gov.ua/portal/Soc_Gum/nos/texts/2003_1/pdf/art_3.pdf)

Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте [Електронний ресурс]. Режим доступу: [http://library.sibsiu.ru/DATA/VirtualExhibitions/2009\\_05\\_09/Other/21.pdf](http://library.sibsiu.ru/DATA/VirtualExhibitions/2009_05_09/Other/21.pdf)

<http://library.knuba.edu.ua/> - Бібліотека Київського національного університету будівництва та архітектури.

<https://org2.knuba.edu.ua/> – Освітній сайт Київського національного університету будівництва та архітектури.

<http://www.nbu.gov.ua> – Національна бібліотека України ім. Вернадського, м. Київ, пр. Голосіївський, 3

[http://www.msms.gov.ua/sport/control/uk/publish/article?art\\_id=138349](http://www.msms.gov.ua/sport/control/uk/publish/article?art_id=138349)

Наука в олимпийском спорте [Електронний ресурс] / Режим доступу: <https://sportnauka.org.ua>.

Репозитарій Національного університету фізичного виховання і спорту України [Електронний ресурс] / Режим доступу: <http://reposit.uni-sport.edu.ua>.

**20) Система оцінювання навчальних досягнень (розподіл балів):**

Поточне оцінювання						Модульний контроль	Підсумковий контроль
ПРН.01	ПРН.05	ПРН.08	ПРН.14	ПРН.15	ПРН.21		
10	10	10	10-20	10-20	10-20	10-30	100

**21) Умови допуску до підсумкового контролю:**

- Відвідувати лекції (онлайн/офлайн);
- Відвідувати практичні (семінарські заняття);
- Активно працювати на заняттях, відповідати на питання, готувати даткові завдання, робити доповіді);
- Вивчати тематичний матеріал передбачений самостійною роботою;
- Наявність поточної та підсумкової контрольних робіт;
- дотримання умов академічної доброчесності.

**22) Політика щодо академічної доброчесності:**

Академічна доброчесність здобувачів вищої освіти є важливою умовою для опанування результатами навчання за дисципліною та отримання позитивної оцінки з поточного та підсумкового контролів. Політика щодо академічної доброчесності регламентується нормативним документом КНУБА [Положення-про-заходи-щодо-підтримки-академічної-доброчесності](#). У разі порушення здобувачем вищої освіти академічної доброчесності (списування, плагіат, фабрикація), робота оцінюється незадовільно та має бути виконана повторно. При цьому викладач має право змінити тему завдання.

**23) Посилання на сторінку електронного навчально-методичного комплексу дисципліни:**

<https://org2.knuba.edu.ua/course/view.php?id=3483>