

	Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка Факультет фізичної культури Кафедра спорту і спортивних ігор Силабус навчальної дисципліни «Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті»															
Галузь знань:	01 Освіта / Педагогіка															
Спеціальність:	017 Фізична культура і спорт															
Освітньо-професійна програма:	Тренер з видів спорту															
Рівень вищої освіти:	Другий (магістерський)															
Статус дисципліни:	Обов'язковий освітній компонент професійної підготовки															
Мова викладання:	Українська															
Викладач:		<table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td>ПІБ:</td> <td>Стасюк Іван Іванович</td> </tr> <tr> <td>Посада:</td> <td>Доцент</td> </tr> <tr> <td>Вчений ступінь:</td> <td>Кандидат наук з фізичного виховання та спорту</td> </tr> <tr> <td>Телефон:</td> <td>0678035141</td> </tr> <tr> <td>E-mail:</td> <td>stasiuk.ivan@kpnu.edu.ua</td> </tr> <tr> <td>Робоче місце:</td> <td>Кафедра спорту і спортивних ігор (аудиторія 222 Б)</td> </tr> <tr> <td>Профайл викладача:</td> <td>https://sportkaf.kpnu.edu.ua/stasiuk-ivan-ivanovych/</td> </tr> </table>	ПІБ:	Стасюк Іван Іванович	Посада:	Доцент	Вчений ступінь:	Кандидат наук з фізичного виховання та спорту	Телефон:	0678035141	E-mail:	stasiuk.ivan@kpnu.edu.ua	Робоче місце:	Кафедра спорту і спортивних ігор (аудиторія 222 Б)	Профайл викладача:	https://sportkaf.kpnu.edu.ua/stasiuk-ivan-ivanovych/
ПІБ:	Стасюк Іван Іванович															
Посада:	Доцент															
Вчений ступінь:	Кандидат наук з фізичного виховання та спорту															
Телефон:	0678035141															
E-mail:	stasiuk.ivan@kpnu.edu.ua															
Робоче місце:	Кафедра спорту і спортивних ігор (аудиторія 222 Б)															
Профайл викладача:	https://sportkaf.kpnu.edu.ua/stasiuk-ivan-ivanovych/															
Сторінка курсу в MOODLE	https://moodle.kpnu.edu.ua/user/profile.php?id=2743															
Консультації	Понеділок: 14.00-16.00 Середя: 14.00-16.00 Кафедра спорту і спортивних ігор															
Анотація до курсу	«Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті» є фаховою дисципліною, яка представляє собою єдину систему науково-педагогічних положень і теоретико-методичних аспектів спортивної підготовки, якими слід керуватися в роботі зі спортсменами різної кваліфікації.															
Мета та цілі курсу	Обов'язковий освітній компонент професійної підготовки «Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті» для здобувачів вищої освіти другого (магістерського) рівня спеціальності 017 Фізична культура і спорт спрямований для формування у здобувачів вищої освіти професійної системи знань та основних напрямків в олімпійському спорті, його організаційному, науково-педагогічному, психологічному, медико-біологічному, соціально-правовому, кадровому та матеріально-технічному забезпеченні, що в подальшому забезпечить здатність до ефективної самостійної діяльності конкурентоздатного фахівця у сфері фізичної культури і спорту.															
Формат курсу	Стандартний курс (очний, заочний).															
Результати навчання	<p>За результатами вивчення обов'язкового освітнього компоненту професійної підготовки «Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті» в здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти спеціальності 017 Фізична культура і спорт формуються наступні програмні результати навчання:</p> <p>ПРН 02 Планувати тренувальний процес кваліфікованих спортсменів та реалізовувати його з використанням новітніх підходів, засобів та методів спортивного тренування.</p> <p>ПРН 09 Розробляти та реалізовувати наукові і прикладні проекти, спрямовані на розв'язання проблем інноваційного характеру у сфері фізичної культури і спорту, а також дотичні до неї міждисциплінарні проекти.</p> <p>ПРН 10 Приймати ефективні рішення щодо вирішення проблем у сфері фізичної культури та спорту, генерувати та порівнювати альтернативи, оцінювати ризики та ресурсні потреби.</p> <p>Очікувані результати навчання з дисципліни: здобувачі вищої освіти після закінчення</p>															

	<p>курсу мають знати:</p> <ul style="list-style-type: none"> - сутність поняття «Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті» - формування загальної теорії підготовки спортсменів; - методологію побудови теорії підготовки спортсменів і сучасну систему знань; - види спорту в програмах Ігор Олімпіад і зимових Олімпійських іграх; - систему спортивних змагань; - змагальну діяльність в спорті; - навантаження, втома, відновлення, суперкомпенсація і відставлений тренувальний ефект; - завдання, засоби і методи спортивної підготовки; - основи побудови багаторічної підготовки; - сучасну систему періодизації багаторічної підготовки; - сучасні моделі періодизації річної підготовки; - систему підготовки до змагань; - побудову тренувальних занять, мікроциклів, мезоциклів; - про технічну підготовленість і технічну підготовку спортсменів; - про тактичну підготовленість і тактичну підготовку спортсменів; - про психологічну підготовленість і психологічну підготовку спортсменів; - методику розвитку рухових здібностей; - про контроль та управління в системі підготовки та змагальній діяльності спортсменів; - моделювання та прогнозування в системі підготовки та змагальній діяльності спортсменів; - екстремальні умови в системі підготовки до змагальної діяльності спортсменів; - ергогенні засоби в системі підготовки та змагальної діяльності спортсменів; - про спортсмена в олімпійському спорті і соціальному житті; - підготовку жінок в олімпійському спорті; - допінг в олімпійському спорті; - систему олімпійської підготовки національних команд світу. <p>Вміти:</p> <ul style="list-style-type: none"> - орієнтуватися у сучасних питаннях підготовки спортсменів; - використовувати отриманні знання на практиці при вирішенні навчальних та професійних завдань - оцінювати власний рівень готовності до педагогічної тренерської діяльності; - проектувати шляхи свого професійного зростання та саморозвитку; - вміти проводити тренування з виду спорту, відповідно до завдань програми; - вміти творчо планувати програмовий матеріал; - вміти планувати тренувальне заняття, мікроцикл, мезоцикл, макроцикл; - аналізувати власну діяльність з погляду її професійної доцільності; - вміти використовувати наочні посібники та технічні засоби в тренуванні; - вміти аналізувати та узагальнювати новітні дослідження в спорті; - володіти науковою організацією праці тренера; - володіти методикою роботи з науково-методичною літературою; - володіти методикою організації самостійних занять спортсменів з виду спорту.
<p>Компетентності:</p>	<p>Відповідно до освітньо-професійної програми (затверджена ухвалою вченої ради К-ПНУ імені Івана Огієнка від 25 квітня 2019 року, протокол за № 4) у здобувачів вищої освіти другого (магістерського) рівня формуються наступні загальні компетентності:</p> <p>ЗК 04 Здатність виявляти, ставити та вирішувати проблеми.</p> <p>ЗК 06 Здатність розробляти проекти та управляти ними.</p> <p>ЗК 07 Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.</p> <p>Спеціальні (фахові) компетентності:</p> <p>СК 07 Здатність планувати, організовувати та здійснювати самостійні наукові дослідження з проблем фізичної культури і спорту.</p> <p>СК 10 Здатність визначати основний фокус та зміст тренування з урахуванням виду спорту, завдань етапу річної та багаторічної підготовки, індивідуальних можливостей спортсменів.</p> <p>СК 11 Здатність керувати власним фізичним і психічним станом з метою підвищення результативності тренерської діяльності.</p> <p><i>Сфера реалізації здобутих компетентностей під час працевлаштування.</i></p> <p>Загальні компетентності.</p>

	<p>ЗК 04 Здатність виявляти, ставити та вирішувати проблеми. Здобувач вищої освіти володіючи теоретичними знаннями в змозі на практиці (під час управління тренувальним процесом) успішно реагувати на труднощі, що виникли з певних причин, з подальшим їх корегуванням та успішним удосконаленням самого процесу в цілому.</p> <p>ЗК 06 Здатність розробляти проекти та управляти ними. Здобувач вищої освіти здатний інтегрувати отриманні знання в практику, управляти навчально-тренувальним процесом спортсменів, який є складним, непередбачуваним та потребує нових стратегічних підходів.</p> <p>ЗК 07 Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети. Володіючи спеціалізованими концептуальними знаннями, здобувач вищої освіти здатний розв'язувати складні задачі у широкому контексті, в частоті – створення стійкої мотиваційної складової для спортсмена рухатися до поставленої мети.</p> <p>Спеціальні (фахові) компетентності. СК 07 Здатність планувати, організовувати та здійснювати самостійні наукові дослідження з проблем фізичної культури і спорту. Оцінювання та аналіз результатів тренувальної або змагальної діяльності спортсмена чи команд є поштовхом для проведення наукових досліджень або провадження інноваційної діяльності з метою розвитку нових знань.</p> <p>СК 10 Здатність визначати основний фокус та зміст тренування з урахуванням виду спорту, завдань етапу річної та багаторічної підготовки, індивідуальних можливостей спортсменів. Зрозуміле і недвозначне донесення власних знань, висновків та аргументації, що включають сучасні наукові здобутки у сфері фізичної культури і спорту до спортсменів-початківців чи кваліфікованих спортсменів та відповідальність за це.</p> <p>СК 11 Здатність керувати власним фізичним і психічним станом з метою підвищення результативності тренерської діяльності. Професіоналізм, фаховість, самовдосконалення, самокритичність, вміння на власному прикладі показати будь-який технічний елемент, вміння почути і зрозуміти спортсмена – запорука авторитету тренера та його успішної тренерської діяльності.</p>		
Пререквізити	Освітні компоненти, базові знання яких та результати навчання необхідні здобувачу вищої освіти для успішного навчання та опанування компетентностями з дисципліни «Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті»: «Теорія і методика фізичного виховання», «Теорія і методика юнацького спорту», «Фізіологія», «Біомеханіка», «Педагогіка спорту», «Психологія спорту».		
Пореквізити	Набутті теоретичні знання, практичні вміння та навички з освітнього компоненту «Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті» опанування якими можуть бути використані під час вивчення таких навчальних дисциплін, як: «Підвищення спортивної майстерності», «Курсова робота з ПСМ», «Дипломна робота».		
Обсяг і ознаки курсу	Найменування показників	Характеристика навчального курсу	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
	Рік навчання/ рік викладання	1-2	1-2
	Семестр вивчення	I-III	I-III
	нормативна/вибіркова	нормативна	
	Кількість кредитів ЄКТС	8,5	8,5
	Загальний обсяг годин	255	255
	Кількість годин навчальних занять	110	42
	Лекційні заняття	48	12
	Практичні заняття	62	30
	Семінарські заняття	-	-
	Лабораторні заняття	-	-
	Самостійна та індивідуальна робота	145	145
	Форма підсумкового контролю	залік / екзамен	залік / екзамен
Технічне й програмне забезпечення /обладнання	<p>Викладання освітнього компоненту «Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті» потребує наявності мультимедійного забезпечення, ноутбуку для викладача. Під час дистанційного навчання для комунікації у зовнішньому орієнтованому динамічному середовищі Moodle необхідні мобільні пристрої у здобувачів вищої освіти та викладача з підключенням до мережі інтернету:</p> <ul style="list-style-type: none"> - для виконання тестових завдань для поточного контролю; - для виконання завдань модульної контрольної роботи; 		

			лекційні заняття	практичні заняття	семінарські заняття	лабораторні заняття	самостійна робота	індивідуальна робота
	Змістовий модуль 1. Історія формування та методологічні основи загальної теорії підготовки спортсменів олімпійського та професійного спорту							
	Разом годин	27	2	4			21	
	Змістовий модуль 2. Система побудови тренувального процесу спортсменів							
	Разом годин	63	6	8			49	
	Змістовий модуль 3. Олімпійський спорт у високорозвинутих країнах та система олімпійської підготовки національних команд							
	Разом годин	165	4	18			143	
Критерії оцінювання заліку / екзамену	Критерієм успішного проходження здобувачем вищої освіти підсумкового оцінювання може бути досягнення ним мінімальних порогових рівнів оцінок за кожним запланованим результатом вивчення освітнього компоненту.							
Система оцінювання та вимоги	Оцінювання освітнього компоненту «Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті» здійснюється на практичних заняттях. Змістові модулі 1 та 2 закінчуються складанням заліку, а ЗМ 3 – екзаменом. Здобувачі вищої освіти другого (магістерського) рівня за результатами усної відповіді (або тестового контролю) можуть отримати позитивні оцінки. За результатами поточного контролю здобувачі вищої освіти можуть набрати максимальну кількість балів, яка дорівнює: ЗМ 1-2 – 50 балів; ЗМ 3 – 30 балів. Модульна контрольна робота 1 (ЗМ 1-2) – 50 балів, МКР 2 (ЗМ 3) – 30 балів. Семестровий іспит – 40 балів.							
Умови допуску до підсумкового контролю	Студент відвідав усі практичні заняття, має позитивні оцінки за результатами поточного контролю та виконання МКР (не менше 60 балів – залік або допуск до екзамену).							
Інформаційне забезпечення з фонду та репозитарію Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка	<p style="text-align: center;">Основна</p> <ol style="list-style-type: none"> Платонов В. М. Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті. Общая теория и ее практические приложения : учебник [для тренеров] : в 2 кн. К. : Олимп. лит., 2015. Кн. 1. 2015. 680 с. Платонов В. М. Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті. Общая теория и ее практические приложения : учебник [для тренеров] : в 2 кн. К. : Олимп. лит., 2015. Кн. 2. 2015. 752 с. Костюкевич В. М. Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних видів спорту) Вінниця: Планер, 2014. 616 с. Вознюк Т. В. Основи теорії та методики спортивного тренування: навчальний посібник. Вінниця : ФОП Корзун Д. Ю., 2016. 240 с. <p style="text-align: center;">Допоміжна</p> <ol style="list-style-type: none"> Бубка С. Н. Олімпійський спорт в обществe: история развития и современное состояние : монография. К.: Олимп. лит., 2012. 260 с. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса. М.: Физкультура и спорт, 1985. 176 с. Иссурин В.Б. Блокoвая периодизация спортивной тренировки. М. : Сов. спорт, 2010. 288 с. Келлер В.С., Платонов В. Н. Теоретико-методические основы подготовки спорт. Львов, 1993. 270 с. Костюкевич В. М. «Теорія і методика спортивної підготовки у запитаннях і відповідях» навчально-методичний посібник. Вінниця : Планер, 2016. 159 с. Костюкевич В. М. Теоретико-методичні аспекти тренування спортсменів високої кваліфікації: Навчальний посібник. Вінниця : «Планер», 2007. 272 с. Костюкевич В. М. Моделирование тренировочного процесса в хоккее на траве. Монография. Винница: ООО «Фирма «Планер», 2011. 736 с. Бондарчук А. П. Пеоридизация спортивной тренировки. К. : Олимп. лит., 2005. 304 с. 							

	<p>9. Матвеев Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учеб. для вузов физ. культ. [5-е изд.]. М. : Сов. спорт, 2010. 340 с.</p> <p>10. Озолин Н.Г. Настольная книга тренера : Наука побеждать. М. : ООО «Издательство Астрель» : ООО «Издательство АСТ», 2004. 863 с.</p> <p>11. Спортивна медицина: підр. для студ. Закл. вищої освіти фіз. виховання і спорту. Л. Я.-Г. Шахліна, Б. Г. Коган, Т. О. Терещенко та ін.; за ред. Л. Я.-Г. Шахліної. Вид. 2-ге, без змін. К. : Національний університет фізичного виховання і спорту України, вид-во «Олімп. л-ра», 2019. 424 с.</p> <p>12. Плахтій П. Д., Шишкін О. П., Молев В. П. Допінг і спорт: Навчально-методичний посібник; за ред.. П.Д. Плахтія. Кам'янець-Подільський: друк ПП Буйницький О.А., 2007. 104 с.</p> <p>13. Михальський А. В. Фармакологія у фізичній культурі і спорті : Навчальний посібник. Кам'янець-Подільський : Медобори-2006, 2018. 262 с.</p> <p style="text-align: center;">Рекомендовані джерела інформації:</p> <p>1. Комплекс навчально-методичного забезпечення дисципліни «Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті».</p> <p style="text-align: center;">Корисні ресурси інтернету:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. https://moodle.kpnu.edu.ua/course/view.php?id=785 2. sportkaf.kpnu.edu.ua 3. library.kpnu.edu.ua 4. nbuv.gov.ua 5. dnpb.gov.ua 6. library.lviv.ua 7. lonpb.com.ua 8. ounb.km.ua 9. korolenko.kharkov.com/ 10. odnb.odessa.ua 11. cbsmkam-pod.ucoz.ua 12. library.ck.ua 13. library.vn.ua
Локація	Згідно з розкладом https://kpnu.edu.ua/rozklad-zaniat/

Розробник силабуса



Іван СТАСЮК

Завідувач кафедри спорту і спортивних ігор



Микола ПРОЗАР