


Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка
Факультет фізичної культури
Кафедра спорту і спортивних ігор

ЗАТВЕРДЖУЮ
Завідувач кафедри легкої атлетики з
методикою викладання


_____ Леонід ГУРМАН
підпис

30 серпня 2022 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА СПОРТИВНОГО ТРЕНУВАННЯ

для підготовки фахівців першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
за освітньо-професійною програмою Тренер з видів спорту
спеціальності 017 Фізична культура і спорт
галузі знань 01 Освіта / Педагогіка

2022-2023 навчальний рік

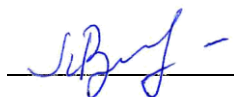
Розробники програми: Леонід ГУРМАН, кандидат педагогічних наук, завідувач кафедри легкої атлетики з методикою викладання, доцент, заслужений тренер України
Андрій ЛАДИНЯК, викладач кафедри легкої атлетики з методикою викладання
Сергій ПОТАПЧУК, викладач кафедри легкої атлетики з методикою викладання
Тетяна МЕЛЬНИК, викладач кафедри легкої атлетики з методикою викладання

Ухвалено на засіданні кафедри легкої атлетики з методикою
викладання

Протокол № 7 від 30 серпня 2022 року

ПОГОДЖЕНО

Гарант освітньо-професійної програми



Микола ПРОЗАР

Зміст робочої програми навчальної дисципліни

1. Мета вивчення освітнього компоненту професійної підготовки «Теорія і методика спортивного тренування» полягає у формуванні інтегральної, загальних та спеціальних (фахових предметних) компетентностей, програмних результатів навчання у майбутніх тренерів з видів спорту, які спрямовані на підготовку висококваліфікованого фахівця, оволодіння основами теорії і методики спортивного тренування, засобами та методикою підготовки в обраному виді спорту.

2. Обсяг дисципліни

Змістовий модуль 1

Найменування показників	Характеристика навчальної дисципліни	
	денна форма здобуття вищої освіти	заочна форма здобуття вищої освіти
Рік навчання	3-й рік	3-й рік
Семестр вивчення	5 семестр	5 семестр
Кількість кредитів ЄКТС	3 кредити	4 кредити
Загальний обсяг годин	90 годин	120 годин
Кількість годин навчальних занять	46 годин	12 годин
Лекційні заняття	20 години	6 годин
Практичні заняття	16 години	4 годин
Семінарські заняття	10 години	2 години
Лабораторні заняття	-	-
Самостійна та індивідуальна робота	44 годин	108 години
Форма підсумкового контролю	Залік	Залік

Змістовий модуль 2

Найменування показників	Характеристика навчальної дисципліни	
	денна форма здобуття вищої освіти	заочна форма здобуття вищої освіти
Рік навчання	3-й рік	3-й рік
Семестр вивчення	6 семестр	6 семестр
Кількість кредитів ЄКТС	5 кредити	4 кредити
Загальний обсяг годин	150 годин	120 годин
Кількість годин навчальних занять	74 годин	20 годин
Лекційні заняття	30 години	8 годин
Практичні заняття	20 години	6 годин

Семінарські заняття	24 години	6 годин
Лабораторні заняття	-	-
Самостійна та індивідуальна робота	76 годин	100 годин
Форма підсумкового контролю	Іспит	Іспит

3. Статус дисципліни: обов'язковий освітній компонент професійної підготовки.

4. Передумови для вивчення дисципліни: Психологія спорту; Педагогіка спорту; Медичні основи фізичної культури і спорту; Анатомія людини з основами спортивної морфології; Адаптивний спорт; Спортивні та національні види боротьби; Теорія і методика легкої атлетики; Теорія і методика юнацького спорту; Спортивний туризм; Управління у сфері фізичної культури і спорту; Теорія і методика фізичного виховання.

5. Програмні компетентності навчання.

Відповідно до освітньо-професійної програми у здобувачів вищої освіти СВО «бакалавр» формуються:

Інтегральна компетентність:

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 01 здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.
- ЗК 05 здатність планувати та управляти часом.

Спеціальні (фахові, предметні) компетентності спеціальності:

- ФК 01 здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості.
- ФК 02 здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях.

6. Очікувані результати навчання з дисципліни.

- ПРН 1 здійснювати аналіз суспільних процесів у сфері фізичної культури і спорту, демонструвати власне бачення шляхів розв'язання існуючих проблем;
- ПРН 2 спілкуватися українською та іноземними мовами у професійному середовищі, володіти фаховою термінологією та професійним дискурсом, дотримуватися етики ділового спілкування;
- ПРН 6 мати базові знання з проведення досліджень проблем фізичної культури і спорту, підготовки та оформлення наукової праці;
- ПРН 8 здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань;

- ПРН 12 аналізувати процеси становлення та розвитку різних напрямів спорту, олімпійського руху та олімпійської освіти на міжнародному та національному рівнях;

- ПРН 17 знати та розуміти сутність, принципи, методи, форми та організацію процесу навчання і виховання людини.

7. Методи навчання: словесні: пояснення (при тлумаченні понять, явищ, термінів), розповідь, навчальна дискусія; наочні: демонстрація, ілюстрування; практичні: дослідницький метод, виконання практичних завдань; метод проблемного викладання.

8. Засоби діагностики результатів навчання: виконання тестових завдань, виконання завдань семінарських та практичних занять, модульна контрольна робота, пакет ректорської контрольної роботи, екзамен.

9. Програма навчальної дисципліни

Денна форма здобуття вищої освіти

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин						
	разом	у тому числі					
		лекційні заняття	практичні заняття	семінарські заняття	лабораторні заняття	самостійна робота	індивідуальна робота
Змістовий модуль 1. Основні поняття та загальна характеристика системи підготовки спортсменів.							
Лекційне заняття 1. Основні положення сучасної системи спортивного тренування		2				4	
Лекційне заняття 2-3. Особливості розвитку рухових здібностей		4				4	
Лекційне заняття 4. Тренувальні та змагальні навантаження спортсменів		2				4	
Лекційне заняття 5. Адаптація до тренувальних навантажень		2				4	
Лекційне заняття 6-7. Побудова тренувального процесу спортсменів у річному циклі тренувань		4				4	
Лекційне заняття 8-9. Управління тренувальною та змагальною		4				4	

діяльністю спортсмена							
Лекційне заняття 10. Розминка і побудова її програм		2				4	
Практичне заняття 1 Загальна характеристика організації системи підготовки спортсменів			2			4	
Практичне заняття 2 Особливості змагальної діяльності у видах спорту			2			4	
Практичне заняття 3-4 Особливості розвитку здібностей у видах спорту			4			2	
Практичне заняття 5 Удосконалення спортивної техніки			2			2	
Практичне заняття 6-7. Особливості спортивної роботи у спортивно-оздоровчому таборі			4			2	
Практичне заняття 8. Тренувальні та змагальні навантаження спортсменів			2			2	
Семінарське заняття 1-3. Адаптація до тренувальних навантажень				6			
Семінарське заняття 4. Особливості тренувальних занять				2			
Семінарське заняття 5. Особливості побудови тренувального процесу з врахуванням циклів				2			
Разом за змістовим модулем 1	90	20	16	10		44	
Змістовий модуль 2. Загальні основи навчання і тренування юних спортсменів							
Лекційне заняття 11-12. Засоби відновлення спортивної працездатності		4				4	
Лекційне заняття 13-14. Тренувальні заняття та побудова їх програм		4				4	
Лекційне заняття 15. Особливості побудови програм в мікроциклі		2				4	
Лекційне заняття 16. Особливості побудови програм в мезо- та макроциклі		2				4	
Лекційне заняття 17-18. Спортивні змагання як підсумок тренувальної діяльності спортсмена		4				4	
Лекційне заняття 19-20. Особливості підготовки кваліфікованих спортсменів в умовах середньогір'я, високогір'я і штучної гіпоксії в системі підготовки спортсменів		4				4	
Лекційне заняття 21. Моделювання в системі підготовки спортсменів високої кваліфікації		2				4	
Лекційне заняття 22-23. Особливості підготовки і змагань в умовах високих і низьких температур		4				4	

Лекційне заняття 24-25. Десинхронізація і ресинхронізація циркадних ритмів у спортсменів		4				4	
Практичне заняття 9. Загальні основи навчання і тренування спортсменів.			2			4	
Практичне заняття 10. Розминка та побудова її програм.			2			4	
Практичне заняття 11 Контроль в процесі підготовки спортсменів.			2			4	
Практичне заняття 12 Особливості спортивної роботи в ДЮСШ			2			4	
Практичне заняття 13 Організація та проведення змагань з видів спорту			2			4	
Практичне заняття 14 Удосконалення різних сторін підготовки юних спортсменів.			2			4	
Практичне заняття 15 Особливості розвитку рухових здібностей (фізичних якостей)			2			4	
Практичне заняття 16 Матеріально-технічне забезпечення навчально-тренувального процесу з видів спорту.			2			4	
Практичне заняття 17 Спортивні споруди і обладнання для навчально-тренувальних занять та змагальної діяльності у вашому виді спорту			2			4	
Практичне заняття 18 Психолого-педагогічні та медико-біологічні засоби відновлення в системі підготовки.			2			2	
Семінарське заняття 6 Методика спортивного тренування				2		2	
Семінарське заняття 7 Особливості побудови програм мікроциклів				2			
Семінарське заняття 8 Особливості побудови програм мезо та макроциклів				2			
Семінарське заняття 9 Фізична підготовка спортсменів.				2			
Семінарське заняття 10 Характеристика основних рухових здібностей				2			
Семінарське заняття 11-12. Методика розвитку витривалості, гнучкості, координаційних, швидкісних та силових здібностей в залежності від виду спорту				4			
Семінарське заняття 13. Середньогір'я, високогір'я і штучна гіпоксія в системі підготовки				2			

спортсменів.							
Семінарське заняття 14. Особливості підготовки і змагань в умовах високих і низьких температур				2			
Семінарське заняття 15. Десинхронізація і ресинхронізація циркадних ритмів у спортсменів.				2			
Семінарське заняття 16. Моделювання в спорті.				2			
Семінарське заняття 17 Прогнозування в спорті.				2			
Разом за змістовим модулем 2	150	30	20	24		76	
Разом годин	240	50	36	34		120	

Заочна форма здобуття вищої освіти

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин						
	разом	у тому числі					
		лекційні заняття	практичні заняття	семінарські заняття	лабораторні заняття	самостійна робота	індивідуальна робота
Змістовий модуль 1.							
Лекційне заняття 1. Основні положення сучасної системи спортивного тренування		2				18	
Лекційне заняття 2. Побудова тренувального процесу спортсменів у річному циклі тренувань		2				18	
Лекційне заняття 3. Розминка і побудова її програм		2				18	
Практичне заняття 1 Загальна характеристика організації системи підготовки спортсменів			2			18	
Практичне заняття 2 Особливості змагальної діяльності у видах спорту			2			18	
Семінарське заняття 1 Основні методи та засоби спортивного тренування				2		18	
Разом за змістовим модулем 1	120	6	4	2		108	
Змістовий модуль 2.							
Лекційне заняття 4. Особливості побудови програм в мікроциклі		2				10	
Лекційне заняття 5. Особливості		2				10	

побудови програм в мезо- та макроциклі							
Лекційне заняття 6. Спортивні змагання як підсумок тренувальної діяльності спортсмена		2				10	
Лекційне заняття 3. Засоби відновлення спортивної працездатності		2				10	
Практичне заняття 3. Загальні основи навчання і тренування спортсменів.			2			10	
Практичне заняття 4. Особливості спортивної роботи в ДЮСШ			2			10	
Практичне заняття 5. Організація та проведення змагань з видів спорту			2			10	
Семінарське заняття 2. Методика спортивного тренування				2		10	
Семінарське заняття 3. Особливості побудови програм мікроциклів				2		10	
Семінарське заняття 4. Особливості побудови програм мезо та макроциклів				2		10	
Разом за змістовим модулем 2	120	8	6	6		100	
Разом годин	240	14	10	8		208	

10. Форми та методи поточного і підсумкового контролю.

Максимальний бал оцінки поточної успішності студентів на навчальних заняттях рівний 12-ти.

Поточне та контрольне оцінювання здобувачів вищої освіти спеціальності 017 Фізична культура і спорт СВО «бакалавр» здійснюється із використанням таких форм та методів: усне опитування, тестування, практичне проведення фрагментів навчально-тренувальних занять з обраного виду спорту, демонстрація, вирішення проблемних ситуацій, виконання творчих завдань, створення презентацій навчального матеріалу, аналіз виконаної роботи, модульна контрольна робота, залік, іспит.

11. Критерії оцінювання результатів навчання

Денна форма здобуття вищої освіти (залік)

Поточний і модульний контроль (100 балів)		Самостійна робота	Сума
Змістовий модуль 1 (100 балів)		20 балів	100 балів
Поточний контроль	МКР		
60 балів	20 балів		

Денна форма здобуття вищої освіти (іспит)

Поточний і модульний контроль (60 балів)	Іспит	Сума
Змістовий модуль 2	40 балів	100 балів

Поточний контроль	МКР		
40 балів	20 балів		

**Заочна форма здобуття вищої освіти
(залік)**

Поточний і модульний контроль (100 балів)		Самостійна робота	Сума
Змістовий модуль 1 (100 балів)		20 балів	100 балів
Поточний контроль	МКР		
60 балів	20 балів		

**Заочна форма здобуття вищої освіти
(екзамен)**

Поточний і модульний контроль (60 балів)		Іспит	Сума
Змістовий модуль 2		40 балів	100 балів
Поточний контроль	МКР		
40 балів	20 балів		

Поточний контроль

Максимальний бал оцінки поточної успішності здобувачів вищої освіти на навчальних заняттях рівний 12-ти.

ТАБЛИЦЯ ВІДПОВІДНОСТІ РЕЗУЛЬТАТІВ КОНТРОЛЮ ЗНАНЬ ЗА РІЗНИМИ ШКАЛАМИ І КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

Сума балів за 100-бальною шкалою	Оцінка в ECTS	Значення оцінки ECTS	Критерії оцінювання теоретичної підготовки	Рівень компетентності	Оцінка за національною шкалою
					Диференційований залік
90-100	A	відмінно	Студент виявляє особливі творчі здібності, вміє самостійно здобувати знання, без допомоги викладача знаходить та опрацьовує необхідну інформацію, вміє використовувати набуті знання і вміння для прийняття рішень у нестандартних ситуаціях, переконливо аргументує свої відповіді, самостійно розкриває власні обдарування і нахили	Високий (творчий)	відмінно
82-89	B	дуже добре	Студент вільно володіє вивченим обсягом матеріалу, застосовує його на практиці, вільно розв'язує вправи і задачі у стандартних ситуаціях, самостійно виправляє допущені помилки, кількість яких незначна	Достатній (конструктивно-варіативний)	добре
75-81	C	добре	Студент вміє зіставляти, узагальнювати, систематизувати інформацію під керівництвом викладача; в цілому самостійно застосовує її на практиці; контролювати власну діяльність; виправляти помилки, серед яких є суттєві, добирати аргументи для підтвердження своїх думок		
67-74	D	задовільно	Студент відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння основних положень; з допомогою викладача може аналізувати навчальний матеріал, виправляти помилки, серед яких є значна кількість суттєвих	Середній (репродуктивний)	задовільно
60-66	E	достатньо	Студент володіє навчальним матеріалом на рівні, вищому за початковий, значну частину його відтворює на репродуктивному рівні		
35-59	FX	задовільно, з можливістю повторного складання семестрового контролю	Студент володіє матеріалом на рівні окремих фрагментів, що становлять незначну частину навчального матеріалу	Низький (рецептивно-продуктивний)	незадовільно
1-34	F	Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням залікового кредиту	Студент володіє матеріалом на рівні елементарного розпізнання і відтворення окремих фактів, елементів, об'єктів		

Оцінювання навчальної діяльності здобувачів вищої освіти

Об'єм пройденого матеріалу	Бали що нарах. за 12-бальною системою оцінювання
1. Конспект в робочому зошиті лекційного курсу (самостійна робота).	4-12
2. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – Лекційне заняття 1. Основні положення сучасної системи спортивного тренування	4-12
3. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – Лекційне заняття 2-3. Особливості розвитку рухових здібностей	4-12
4. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – Лекційне заняття 4. Тренувальні та змагальні навантаження спортсменів	4-12
5. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – Лекційне заняття 5. Адаптація до тренувальних навантажень	4-12
6. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE Практичне заняття 1 Загальна характеристика організації системи підготовки спортсменів	4-12
7. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – Практичне заняття 2 Особливості змагальної діяльності у видах спорту	4-12
8. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – Практичне заняття 3-4 Особливості розвитку здібностей у видах спорту	4-12
9. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – Практичне заняття 5 Удосконалення спортивної техніки	4-12
10. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – Практичне заняття 6-7. Особливості спортивної роботи у спортивно-оздоровчому таборі	4-12
11. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – Практичне заняття 8. Тренувальні та змагальні навантаження спортсменів	4-12
12. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого	4-12

динамічного середовища MOODLE – Семінарське заняття 1-3. Адаптація до тренувальних навантажень	
13. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – Семінарське заняття 4. Особливості тренувальних занять	4-12
14. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – Семінарське заняття 5. Особливості побудови тренувального процесу з врахуванням циклів	4-12
15. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – Практичне заняття 3-4 Особливості розвитку здібностей у видах спорту	4-12
16. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – Практичне заняття 5 Удосконалення спортивної техніки	4-12

Самостійна робота

Контроль за самостійною роботою відбувається на практичних заняттях, за 12-ю системою оцінювання.

Модульна контрольна

Змістові модулі завершуються написанням модульної контрольної роботи.

Мета її написання – виявити рівень теоретичних знань та практичних умінь і навичок здобувачів вищої освіти.

Виконується у письмовій формі. До її написання допускаються усі студенти. Позитивну оцінку за МКР не рекомендується покращувати. Невиконання МКР оцінюється 0 балів.

Студенти, які за результатами виконання модульних контрольних робіт отримали рейтинговий бал менший 60 % від максимальної кількості балів, виділених на цей вид роботи, а також ті, що не з'явилися для виконання або не виконали завдань, вважаються такими, що мають академічну заборгованість за результатами поточного контролю, ліквідація якої є обов'язковою.

З дисципліни студенти пишуть одну модульну контрольну роботу, яка виконується у письмовій формі, складається з 5-ти варіантів у кожному варіанті по чотири питання (три питання теоретичного плану та одне розрахункове завдання) За повну й вірну відповідь на кожне теоретичне питання можна отримати 5 балів, за вирішене розрахункове завдання – 5 балів.

Семестровий екзамен (40 балів)

Білет іспиту складається з двох теоретичних питань та розрахункового завдання

Питання екзаменаційного білета оцінюються відповідно до таких критеріїв:

Оцінка	Вимоги
«Відмінно»	Здобувач вищої освіти виявляє глибокі фундаментальні теоретичні знання, повно викладає вивчений матеріал, виявляє розуміння предмета висловлювання, розуміє можливість різних тлумачень однієї і тієї ж проблеми, вміє оцінювати аргументи для її доведення, формулює своє бачення проблеми, виявляє розуміння матеріалу, може обґрунтовувати свої судження, застосовувати знання на практиці у нестандартних ситуаціях, наводити необхідні приклади, викладає матеріал логічно, послідовно, вживає мовні засоби відповідно до норм української літературної мови.
«Добре»	Якщо відповідь студента відповідає тим самим вимогам, що і для оцінки „відмінно”, але при цьому студент допускає 1-2 помилки, які сам виправляє, і 1-2 недоліки в послідовності викладу матеріалу та мовному оформленні висловлювання. Студент вміє наводити власні приклади на підтвердження нових думок, може застосовувати вивчений матеріал у стандартних та дещо змінених ситуаціях.
«Задовільно»	Якщо студент виявляє знання і розуміння основних положень предмета, але викладає матеріал неповно і допускає неточності у визначенні понять; не вміє досить глибоко і доказово обґрунтовувати свої судження і наводити приклади; не в змозі захистити проект побудови системи роботи з певних тем дисципліни; викладає матеріал непослідовно і допускає помилки в мовному оформленні викладу.
«Незадовільно»	Якщо студент виявляє незнання більшої частини вивченого матеріалу, не володіє методичним апаратом, допускає помилки у формулюванні понять, які спотворюють їх зміст, не вміє самостійно побудувати систему вивчення певних тем, хаотично і невпевнено викладає матеріал. Студент неспроможний виконати стандартні завдання навіть після навідних питань викладача.

Оцінювання іспиту:

40 – 35 балів «відмінно»;

34 – 29 балів – «добре»;

28 – 24 бали – «задовільно»

23 бали і менше – «незадовільно» (студенту виставляється –1 бал).

Студенти, які мають академічну заборгованість за результатами поточного контролю, не допускаються до іспиту. Вони допускаються до іспиту після ліквідації академічної заборгованості за результатами поточного контролю. Вважається, що студент підготувався до іспиту, якщо рейтингова оцінка за його результатом більша або дорівнює 24 балам. Студентам, які за іспит отримали незадовільну оцінку, дозволяється ліквідувати академічну заборгованість після належної підготовки. Ліквідація академічної заборгованості за результатами семестрового контролю дозволяється до початку наступного семестру в час, визначений графіком ліквідації академічної заборгованості, та допускається не більше двох разів з навчальної дисципліни: один раз викладачеві, другий – комісії, яка створюється за розпорядженням декана факультету. Якщо студент ліквідує академічну заборгованість на засіданні комісії, яка створюється за розпорядженням декана факультету, його відповідь оцінюється за 100-бальною шкалою без урахування результатів поточної успішності.

Визнання результатів неформальної та (або) інформальної освіти.

У випадку, якщо здобувач освіти отримав знання у неформальній та інформальній освіті, зарахування результатів навчання здійснюється згідно Положення про визнання результатів навчання, отриманих у формальній, неформальній та/або інформальній освіті у Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка (Порядок визнання результатів навчання здобувачів вищої освіти, отриманих шляхом здобуття неформальної/інформальної освіти в Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка), зокрема, якщо їх тематика відповідає змісту навчальної дисципліни (окремій темі або змістовому модулю).

В неформальній освіті:

- закінчення професійних курсів, семінарів або тренінгів, тематика яких відповідає змісту навчальної дисципліни (окремій темі або змістовому модулю);

- підготовка конкурсної наукової роботи;
- призове місце на Всеукраїнському конкурсі студентських наукових робіт;
- призове місце на Всеукраїнській студентській олімпіаді
- отримання сертифікату судді 1-ї, 2-ї або національної категорії у своєму виді спорту або суміжних видах.

В інформальній освіті:

- наявність наукової публікації;
- волонтерська діяльність;
- підготовка школярів-призерів інтелектуальних та творчих конкурсів з фізичної культури та спорту, дитячих змагань різного рівня;
- наявність особистих спортивних досягнень (переможці, призери Чемпіонатів Світу, Європи, України, діючий МСМК, МС, КМС, I розряд.

Самостійна робота

Передбачає виконання наступного:

- самостійне опрацювання лекційного матеріалу та науково-методичної літератури за темою лекції;
- вивчення окремих питань, які не розглядаються в лекційному курсі;
- аналітичний огляд науково-методичної літератури, знаходження необхідної літератури з додаткових джерел інформації (Інтернет, соцмережі, освітні платформи), конспектування, виокремлення головного;
- аргументоване висловлювання власної думки на основі отриманої інформації;
- систематизація матеріалу, узагальнення, висновки;
- підготовка рефератів;
- підготовка слайдів та відеоматеріалів.

Контроль за самостійною роботою відбувається на практичних заняттях та під час відповідей МКР.

Під час самостійної роботи здобувачі вищої освіти аналізують та вивчають:

- теоретичний матеріал щодо обов'язкових результатів навчання та компетентностей здобувачів освіти;
- критерії, за якими визначається індивідуалізація в процесі фізичного виховання;
- системи ФВ, що існували в різні історичні періоди;
- особливості викладання фізичної культури в закладах загальної середньої освіти у 2022/2023 навчальному році;
- схеми класифікації засобів фізичного виховання;
- критерії (показники) за якими визначається доступність навантаження і рухових завдань у фізичному вихованні;
- типову освітню програму з фізичної культури Савченко О
- типову освітню програму Цимбалару А. «На крилах успіху» з фізичної культури;
- зміст програм занять спеціально медичних груп;
- функціональні проби для оцінки стану здоров'я та фізичної підготовленості здобувачів освіти на заняттях з фізичної культури.
- зміст Рекомендацій щодо стратегічного розвитку фізичного виховання та спортивної підготовки серед учнівської молоді на період до 2025 року;
- зміст Рекомендацій Європейського Парламенту та Ради Європи щодо формування ключових компетентностей освіти впродовж життя.

Здобувачі вищої освіти опрацьовують та надають у вигляді реферату такі документальні джерела:

- Закон України «Про фізичну культуру і спорт». Методичні рекомендації: вказати рік виходу Закону, його повну назву, кількість розділів і статей. Дати коротку характеристику кожного розділу.
- Закони України «Про освіту». Методичні рекомендації: вказати рік виходу Закону, його повну назву, кількість розділів і статей. Дати коротку характеристику кожного розділу.
- «Про повну загальну середню освіту». В рефераті необхідно вказати рік, кількість розділів і статей. Написати назву розділу й охарактеризувати всі статті, які входять до цього розділу.
- «Постанови у сфері фізичної культури і спорту». Постанови розглядати починаючи з 1925 року і по теперішній час. Зазначити рік виходу постанови, назву, мету, основні завдання, шляхи і способи розв'язання проблеми.

Для активізації пізнавальної діяльності здобувачів освіти в контексті інформальної освіти запропоновано проходження навчальних курсів з циклу Нова фізична культура на платформі Prometheus
 Prometheus — український громадський проєкт масових відкритих онлайн-курсів, <https://prometheus.org.ua>
 Coursera — технологічна компанія, що працює в галузі освіти <https://coursera.org>).

Оцінювання навчальних досягнень студентів з навчальної дисципліни здійснюється відповідно до Таблиці відповідності шкал оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти:

**Таблиця відповідності шкал оцінювання навчальних
досягнень здобувачів вищої освіти**

Рейтингова оцінка з навчальної дисципліни	Оцінка за шкалою ECTS	Рекомендовані системою ECTS статистичні значення (у %)	Екзаменаційна оцінка за національною шкалою	Національна залікова оцінка
90-100 і більше	A (відмінно)	10	відмінно	зараховано
82-89	B (дуже добре)	25	добре	
75-81	C (добре)	30	задовільно	
67-74	D (задовільно)	25		
60-66	E (достатньо)	10		
35-59	FX (незадовільно з можливістю повторного складання)		незадовільно	не зараховано

12. Умови визначення успішного засвоєння освітнього компоненту «Теорія і методика спортивного тренування»:

Залік:

- навчальної дисципліни та успішного оцінювання досягнутих ними результатів навчання;

- критерієм успішного проходження здобувачем вищої освіти оцінювання результатів навчання є досягнення ним мінімального порогового рівня оцінок за кожним запланованим результатом навчання освітнього компоненту та мінімального порогового рівня оцінки за освітнім компонентом загалом, яких складає 60 % від максимально можливої кількості балів, визначеної відповідними нормативними документами Університету;

- здобувач вищої освіти вважається таким, що має академічну заборгованість за результатами поточного контролю, якщо він не відпрацював пропущені навчальні заняття, не пересклав оцінки 0, 1, 2, 3 отримані на навчальних заняттях, не виконав або виконав модульну контрольну роботу, завдання самостійної та індивідуальної робіт з оцінкою, що становить менше 60 % від максимальної кількості балів, виділених на ці види робіт;

- здобувач вищої освіти, який не має академічної заборгованості за результатами поточного контролю з освітнього компонента, підсумкової формою контролю за яким встановлено залік/диференційованих залік, отримує підсумкову рейтингову оцінку, яка визначається як сума рейтингової оцінки за навчальні заняття та рейтингових оцінок контрольних заходів поточного контролю з цього освітнього компоненту;

- здобувач вищої освіти, який має академічну заборгованість за результатами поточного контролю з освітнього компонента, підсумкової формою контролю за яким встановлено залік/диференційований залік отримує оцінку F за шкалою ECTS та «не зараховано»/«незадовільно» за національною шкалою;

- здобувач вищої освіти, який має академічну заборгованість за результатами підсумкового контролю з освітнього компоненту у формі заліку/диференційованого заліку зобов'язаний ліквідувати її в терміни, визначені графіком ліквідації академічної заборгованості;

- ліквідацію академічної заборгованості за результатами семестрового контролю дозволяють до початку наступного семестру в час, визначений графіком ліквідації академічної заборгованості, та допускають не більше двох разів: перший раз – викладачеві, другий – комісії яку створюють за розпорядженням декана факультету;

- відповідь здобувача вищої освіти, який ліквідує академічну заборгованість на засіданні комісії, оцінюють за 100-бальною шкалою без урахування рейтингової оцінки поточної успішності;

- за неуспішного проходження оцінювання результатів навчання за освітнім компонентом кредити здобувачі вищої освіти не присвоюють.

Екзамен:

- кредити присвоюються здобувачам вищої освіти після завершення навчальної дисципліни та успішного оцінювання досягнутих ними результатів навчання;

- критерієм успішного проходження здобувачем вищої освіти оцінювання результатів навчання є досягнення ним мінімального порогового рівня оцінок за кожним запланованим результатом навчання освітнього компоненту та мінімального порогового рівня оцінки за освітнім компонентом загалом, яких складає 60 % від максимально можливої кількості балів, визначеної відповідними нормативними документами Університету;

- здобувач вищої освіти вважається таким, що має академічну заборгованість за результатами поточного контролю, якщо він не відпрацював пропущені навчальні заняття, не пересклав оцінки 0, 1, 2, 3 отримані на навчальних заняттях, не виконав або виконав модульну контрольну роботу, завдання самостійної та індивідуальної робіт з оцінкою, що становить менше 60 % від максимальної кількості балів, виділених на ці види робіт;

- здобувач вищої освіти, який не має академічної заборгованості за результатами поточного контролю з освітнього компонента, підсумковою формою контролю за яким встановлено залік/диференційований залік, отримує підсумкову рейтингову оцінку, яка визначається як сума рейтингової оцінки за навчальні заняття та рейтингових оцінок контрольних заходів поточного контролю з цього освітнього компоненту;

- здобувач вищої освіти, який має академічну заборгованість за результатами поточного контролю з освітнього компоненту, підсумковою формою контролю за яким встановлено залік/диференційований залік отримує оцінку F за шкалою ЄКТС та «не зараховано»/«незадовільно» за національною шкалою;

- здобувач вищої освіти, який має академічну заборгованість за результатами підсумкового контролю з освітнього компоненту у формі заліку/диференційованого заліку зобов'язаний ліквідувати її в терміни, визначені графіком ліквідації академічної заборгованості;

- ліквідацію академічної заборгованості за результатами семестрового контролю дозволяють до початку наступного семестру в час, визначений графіком ліквідації академічної заборгованості, та допускають не більше двох

разів: перший раз – викладачеві, другий – комісії яку створюють за розпорядженням декана факультету;

- відповідь здобувача вищої освіти, який ліквідує академічну заборгованість на засіданні комісії, оцінюють за 100-бальною шкалою без урахування рейтингової оцінки поточної успішності;

- за неуспішного проходження оцінювання результатів навчання за освітнім компонентом кредити здобувачі вищої освіти не присвоюють.

13. Інструменти, обладнання та програмне забезпечення, використання яких передбачає навчальна дисципліна.

Мультимедійна лекційна аудиторія (216), мультимедійний проєктор EUBSONIC PJD5253 DLP (2017 р., 1 шт.), екран для проєктора (1 шт.); ноутбук або персональний комп'ютер, мережа Інтернет, модульне об'єктно-орієнтоване динамічне середовище MOODLE, конференції у Google Meet, мультимедійний методичний кабінет кафедри спорту і спортивних ігор, аудиторія (222 а), телевізор (плазма) TV AUDIO SAMSUNG 104-IX (2008 р., 1 шт), аудиторія (222 а).

14. Рекомендована література

Основна

1. Гурман Л. Д., Ротар О. В. Основи теорії та методики спортивного тренування: методичні рекомендації для студентів-заочників факультету фізичної культури. Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2013. 34 с.

2. Платонов В. Н. , Булатова М. М., Бубка С. Н. и др. Олимпийский спорт: в 2 Т [под общ. ред. В. Н. Платонова]. Киев: Олимпийская литература, 2009. Т. 2. 696 с.

3. Платонов В. Н. , Булатова М. М., Бубка С. Н. и др. Олимпийский спорт: в 2 Т [под общ. ред. В. Н. Платонова]. Киев: Олимп. Л-ра, 2009. Т. 1. 736 с.

4. Платонов В. М. Сучасна система спортивного тренування. Київ : Перша друкарня, 2021. 682 с.

5. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник [для тренеров]: в 2 кн. Киев: Олимп. лит., 2015. Кн. 1. 2015. 680 с.

6. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник [для тренеров]: в 2 кн. Киев: Олимп. лит., 2015. Кн. 2. 2015. 752 с.

Допоміжна

1. Авраменко В. Г. та інші. Футбол. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл

олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності. Київ : ЗАТ «Броварська друкарня», 2003. 101 с. URI: <https://tinyurl.com/2s4j3tmm> (дата звернення: 22.07.2022).

2. Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини / [редкол. : Єдинак Г. А. (відп. ред.) та ін]. Кам'янець-Подільський : Видавець Панькова А. С. URI: <https://tinyurl.com/vebm4byw> (дата звернення: 23.07.2022).

3. Воронова В. І., та інші. Футзал. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл. Київ : 2015. 110 с. URI: <https://tinyurl.com/5d8kuu4p> (дата звернення: 14.07.2022).

4. Костюкевич В. М. Теорія і методика спортивної підготовки» (на прикладі командних ігрових видів спорту). Навчальний посібник. Вінниця : Планер, 2014 616 с.

5. Поплавський Л. Ю., Маслов О. В., Безмилов М. В., Мітова О. О., Мурзін Є. В., Четвертак О. А. Баскетбол. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю. Київ. 165 с. URI: <https://tinyurl.com/yys7bf3y> (дата звернення: 03.07.2022).

6. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. Фахове видання категорії Б. / [редкол. : Борисова О. В. (відп. ред.) та ін]. Київ : Видавець Олімпійська література URI: <https://tinyurl.com/ty73t3zb> (дата звернення: 15.07.2022).

7. Туровський В. В., Носко М. О., Осадчий О. В., Гаркуша, С. В., Жула Л. В. Волейбол. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю. Київ. 2009. 140 с. URI: <https://tinyurl.com/4ferss7j> (дата звернення: 30.07.2022).

15. Рекомендовані джерела інформації

1. Комплекс навчально-методичного забезпечення дисципліни «Теорія і методика спортивного тренування».

2. Корисні ресурси інтернету.

- 2.1. <http://uaf.org.ua/> Федерація легкої атлетики України
- 2.2. <http://uwf.in.ua/> Федерація важкої атлетики України
- 2.3. <http://www.ffu.org.ua/ukr/> Федерація футболу України
- 2.4. <http://ukrbasket.net/> Федерація баскетболу України
- 2.5. <http://fvu.in.ua/> Федерація волейболу України
- 2.6. <http://www.handball.net.ua/> Федерація гандболу України
- 2.7. <http://ukr.ufg.org.ua/> Українська федерація гімнастики
- 2.8. <http://usf.org.ua/> Федерація плавання України

2.9. <http://uttf.com.ua/> Федерація настільного тенісу України