


	<p align="center">Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка Факультет фізичної культури Кафедра спорту і спортивних ігор</p>															
<p align="center">Силабус обов'язкового освітнього компоненту професійної підготовки «Спортивно-педагогічне вдосконалення / Підвищення спортивної майстерності з пауерліфтингу»</p>																
Галузь знань:	01 Освіта / Педагогіка															
Спеціальність:	017 Фізична культура і спорт 014 Середня освіта (Фізична культура)															
Освітньо-професійна програма:	Тренер з видів спорту Середня освіта (Фізична культура)															
Рівень вищої освіти:	перший (бакалаврський) другий (магістерський)															
Статус дисципліни:	обов'язковий освітній компонент професійної підготовки															
Мова викладання:	українська															
Науково-педагогічні працівники:		<table border="1"> <tr> <td>ПІБ:</td> <td>Воронетський Вадим Борисович</td> </tr> <tr> <td>Посада:</td> <td>Викладач кафедри спорту і спортивних ігор, доцент</td> </tr> <tr> <td>Вчений ступінь:</td> <td>Кандидат педагогічних наук</td> </tr> <tr> <td>Телефон:</td> <td>067 602 73 06</td> </tr> <tr> <td>E-mail:</td> <td>voronetskyi@kpnue.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://la.kpnue.edu.ua/vidomosti-pro-vykladachiv/voronetskyi-vadym-borysovyeh/</td> </tr> </table>	ПІБ:	Воронетський Вадим Борисович	Посада:	Викладач кафедри спорту і спортивних ігор, доцент	Вчений ступінь:	Кандидат педагогічних наук	Телефон:	067 602 73 06	E-mail:	voronetskyi@kpnue.edu.ua	Робоче місце:	Кафедра спорту і спортивних ігор (аудиторія 222 Б)	Профайл викладача:	https://la.kpnue.edu.ua/vidomosti-pro-vykladachiv/voronetskyi-vadym-borysovyeh/
ПІБ:	Воронетський Вадим Борисович															
Посада:	Викладач кафедри спорту і спортивних ігор, доцент															
Вчений ступінь:	Кандидат педагогічних наук															
Телефон:	067 602 73 06															
E-mail:	voronetskyi@kpnue.edu.ua															
Робоче місце:	Кафедра спорту і спортивних ігор (аудиторія 222 Б)															
Профайл викладача:	https://la.kpnue.edu.ua/vidomosti-pro-vykladachiv/voronetskyi-vadym-borysovyeh/															
		<table border="1"> <tr> <td>ПІБ:</td> <td>Мельник Тетяна Григорівна</td> </tr> <tr> <td>Посада:</td> <td>Викладач кафедри спорту і спортивних ігор</td> </tr> <tr> <td>Вчений ступінь:</td> <td></td> </tr> <tr> <td>Телефон:</td> <td>067 999 26 82</td> </tr> <tr> <td>E-mail:</td> <td>melnyk_tatiana@kpnue.edu.ua</td> </tr> <tr> <td>Робоче місце:</td> <td>Кафедра спорту і спортивних ігор (аудиторія 222 А)</td> </tr> <tr> <td>Профайл викладача:</td> <td>https://la.kpnue.edu.ua/vidomosti-pro-vykladachiv/melnyk-tetiana-hryhorivna/</td> </tr> </table>	ПІБ:	Мельник Тетяна Григорівна	Посада:	Викладач кафедри спорту і спортивних ігор	Вчений ступінь:		Телефон:	067 999 26 82	E-mail:	melnyk_tatiana@kpnue.edu.ua	Робоче місце:	Кафедра спорту і спортивних ігор (аудиторія 222 А)	Профайл викладача:	https://la.kpnue.edu.ua/vidomosti-pro-vykladachiv/melnyk-tetiana-hryhorivna/
ПІБ:	Мельник Тетяна Григорівна															
Посада:	Викладач кафедри спорту і спортивних ігор															
Вчений ступінь:																
Телефон:	067 999 26 82															
E-mail:	melnyk_tatiana@kpnue.edu.ua															
Робоче місце:	Кафедра спорту і спортивних ігор (аудиторія 222 А)															
Профайл викладача:	https://la.kpnue.edu.ua/vidomosti-pro-vykladachiv/melnyk-tetiana-hryhorivna/															
Сторінка курсу в MOODLE	https://moodle.kpnue.edu.ua/course/view.php?id=2007															
Консультації	Мельник Т.Г.	<table border="1"> <tr> <td>Понеділок – упродовж дня; Середа – упродовж дня.</td> <td>Аудиторія 222 (А) (методичний кабінет кафедри спорту і спортивних ігор)</td> </tr> </table>	Понеділок – упродовж дня; Середа – упродовж дня.	Аудиторія 222 (А) (методичний кабінет кафедри спорту і спортивних ігор)												
Понеділок – упродовж дня; Середа – упродовж дня.	Аудиторія 222 (А) (методичний кабінет кафедри спорту і спортивних ігор)															
Анотація до курсу	<p>Обов'язковий освітній компонент професійної підготовки «Спортивно-педагогічне вдосконалення / Підвищення спортивної майстерності з пауерліфтингу» спрямований на підготовку висококваліфікованого фахівця у сфері фізичної культури.</p> <p>Освітній компонент складається з чотирьох змістових модулів, а саме:</p> <ul style="list-style-type: none"> - фізична підготовка; - технічна підготовка; - тактична підготовка; - суддівська та змагальна підготовка. <p>Загалом передбачає вивчення 62-х тем.</p> <p>Опанування на відповідному рівні освітнім компонентом дасть можливість здобувачам вищої освіти першого (бакалаврського), другого (магістерського) рівнів вищої освіти кваліфіковано використовувати набуті теоретичні знання практичні вміння та навички у подальшій професійній діяльності.</p>															
Мета та цілі курсу	<p>Полягають у формуванні інтегральних, загальних та спеціальних (фахових, предметних) компетентностей, програмних результатів навчання у здобувачів вищої освіти спеціальностей 017 Фізична культура і спорт та 014 Середня освіта (Фізична культура), ступенів вищої освіти «бакалавр» та «магістр», підготовка конкурентоздатного фахівця у сфері фізичної культури і спорту, оволодінням ним теоретичними знаннями в обраному виді спорту, відповідним рівнем загальної та спеціальної фізичної підготовки, технікою рухових дій, індивідуальними, груповими та командними тактичними</p>															

	діями у нападі та захисті, методикою навчання рухових дій, методикою проведення навчально-тренувальних занять, відповідним рівнем змагальної підготовки.
Методи навчання	Словесні, наочні та практичні методи фізичного виховання та спортивної підготовки, розповідь, діалогічний метод, бесіда; програмовий метод, презентація, демонстрація; методи навчання рухових дій загалом та по частинах, змагальний та ігровий методи, метод суворо регламентованої вправи, метод стандартно-повторної вправи, метод перемінної вправи, комбіновані методи, метод моделювання, рольовий метод; вирішення проблемних завдань; інтерактивні методи, технології дистанційного навчання; технології організації та проведення фізкультурно-оздоровчих та спортивних заходів.
Формат курсу	Стандартний курс (очний, заочний).
Результати навчання	<p>За результатами вивчення нормативної навчальної дисципліни професійної підготовки / обов'язкового освітнього компоненту професійної підготовки «Спортивно-педагогічне вдосконалення / Підвищення спортивної майстерності» у здобувачів вищої освіти мають сформуватися такі програмні результати навчання:</p> <p><i>1-й, 2-й, 3-й курси СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - ПРН 05 володіє та практично реалізує педагогічні, медико-біологічні, інформаційні технології для навчання дітей застосовувати набуті знання при реалізації базових і нових видів рухової діяльності, що передбачені змістом фізичної культури в закладі загальної середньої освіти; - ПРН 06 володіє та практично реалізує педагогічні, медико-біологічні, інформаційні технології для формування освіченості дітей у здійсненні розвитку фізичних (рухових), моральних, вольових якостей за допомогою засобів і методів фізичної культури; - ПРН 10 застосовує механізми суб'єкт-суб'єктного підходу в практичній діяльності, вміння координувати і стимулювати навчально-пізнавальну діяльність дітей, підтримання їх прагнень до розкриття індивідуальних здібностей, можливостей і саморозвитку, в тому числі із залученням батьків на засадах партнерства для надання додаткової допомоги дітям та підтримки тих, хто має особливі освітні потреби; - ПРН 14 знає вимоги до оформлення документації, основні закономірності побудови документів для забезпечення освітнього процесу та вміє практично застосувати такі знання; - ПРН 18 застосовує у професійній діяльності методи наукового пізнання, збирає інформацію, інтерпретує її та робить висновки щодо дієвості освітніх інновацій у фізичній культурі, умов упровадження й інтегрування останніх у власну практику, а при висвітленні результатів власної пошукової діяльності виконує положення документальних джерел, що стосуються академічної доброчесності. <p><i>1-й, 2-й, 3-й курси СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - ПРН 01 здійснювати аналіз суспільних процесів у сфері фізичної культури і спорту, демонструвати власне бачення шляхів розв'язання існуючих проблем; - ПРН 04 показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення; - ПРН 05 засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег; - ПРН 07 здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами; - ПРН 13 використовувати засвоєні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості; - ПРН 17 знати та розуміти сутність, принципи, методи, форми та організацію процесу навчання і виховання людини; - ПРН 19 аргументувати управлінські рішення для вирішення проблем, які виникають в роботі суб'єктів фізичної культури і спорту; мати навички лідерства; - ПРН 21 застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати; - ПРН 22 володіти необхідним арсеналом техніко-тактичних вмінь, рухових дій та навичок, належним рівнем розвитку фізичних якостей у професійній діяльності; - ПРН 23 здійснювати аналіз та оцінку здібностей, задатків особи до певного виду фізичної активності; - ПРН 24 використовувати під час практичної підготовки теоретичні знання, практичні вміння та навички для проведення тренувальних занять з обраного виду спорту із врахуванням рівня розвитку фізичної, технічної, тактичної, психологічної, змагальної та інтегральної підготовленості осіб, які займаються. <p><i>4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - ПРН 2 усвідомлює витоки і еволюцію формування теорії і методики фізичного виховання та спортивного тренування, медико-біологічні та психологічні основи і технологію фізичного виховання представників різних вікових груп, санітарно-гігієнічні основи діяльності у сфері фізичної культури і спорту; - ПРН 3 знає, як застосовувати на практиці основні вчення в галузі фізичної культури;

- ПРН 4 володіє актуальними технологіями педагогічного контролю і корекції, засобами і методами управління станом людини.
- ПРН 5 знає закони і принципи розучування рухових умінь і навичок, володіє теорією і методикою розвитку рухових умінь і навичок в базових видах рухової активності;
- ПРН 6 знає основні теоретичні положення в галузі фізичної культури.
- ПРН 11 знає біологічні, соціальні, психологічні, духовні чинники, що обумовлюють значущість професії фахівця в галузі фізичного виховання та спорту;
- ПРН 15 володіє педагогічними, медико-біологічними, інформаційними технологіями для формування здорового способу життя, розвитку рухових умінь і навичок, розвитку фізичних (рухових) якостей у представників різних груп населення і вміє самостійно розробляти методики і технології для інтегрального гармонійного розвитку людини;
- ПРН 16 володіє руховими вміннями і навичками в обраному виді спорту на рівні кваліфікованого спортсмена;
- ПРН 21 здатний складати планувальну і звітну документацію, організовувати та проводити масові фізкультурні заходи та спортивні змагання;
- ПРН 28 здатний розуміти значення культури як форми людського існування, цінувати різноманіття та мультикультурність світу і керуватися у своїй діяльності сучасними принципами толерантності, діалогу і співробітництва;
- ПРН 29 здатний вчитися упродовж життя і вдосконалювати з високим рівнем автономності набути під час навчання кваліфікацію;
- ПРН 30 здатний аналізувати соціально та особистісно значущі світоглядні проблеми, приймати рішення на основі сформованих ціннісних орієнтирів і гуманістичних ідеалів, розуміння концепції сталого розвитку людства;
- ПРН 31 здатний створювати рівноправний і справедливий клімат, що сприяє навчанню всіх учнів, незалежно від їх соціально-культурно-економічного контексту.

4-й СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт:

- ПРН 4 показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення;
- ПРН 5 застосовувати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег;
- ПРН 7 здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами;
- ПРН 8 здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань;
- ПРН 21 застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.

1-й, 2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):

- ПРН 01 Здійснює комунікацію з дітьми, іншими учасниками освітнього процесу в закладі загальної середньої освіти на засадах поцінування української національної культури, вияву поваги до багатоманітності й мультикультурності суспільства, творчого самовиразу;
- ПРН 03 Здійснює професійну діяльність свідомо та відповідально, поважаючи права і свободи кожної людини та реалізуючи свої права і обов'язки;
- ПРН 04 Генерує нові ідеї, виявляє і розв'язує проблеми у професійній діяльності з урахуванням положень про академічну доброчесність і використанням адекватних методів дослідження;
- ПРН 05 Приймає під час командної діяльності з фізичної культури ефективні управлінські рішення, вміє мотивувати людей до досягнення поставленої мети;
- ПРН 07 Формує зміст різних форм фізичної культури дітей в закладі загальної середньої освіти на основі результатів науково-дослідної діяльності з моніторингу необхідних характеристик дітей і оцінювання їхніх результатів із урахуванням індивідуальних особливостей;
- ПРН 08 Здійснює освітню діяльність із формування умінь, навичок дітей у рухових діях із різних видів фізичної активності, знань у питаннях фізичної культури на засадах персоналізованого підходу;
- ПРН 09 Здійснює різнобічний розвиток дітей під час реалізації різних форм фізичної культури за допомогою самостійно розроблених методик та наявних інноваційних педагогічних, медико-біологічних, інформаційних технологій;
- ПРН 10 Орієнтується в інформаційному просторі питань з фізичної культури, здійснює пошук, критично оцінює й оперує інформацією під час професійної діяльності, використовуючи наявні цифрові сервіси і технології для підвищення ефективності фізичної культури та професійного розвитку (онлайн тренінги, дистанційні курси тощо); у зв'язку з цим дотримується академічної доброчесності, вимог з охорони авторських прав під час використання та поширення електронних (цифрових) освітніх ресурсів;
- ПРН 14 Забезпечує дітям на заняттях із фізичної культури безпечне освітнє середовище, використовуючи відповідні педагогічні технології для формування знань про правила безпеки життєдіяльності, особисту гігієну, фізичну активність і відпочинок, здорове харчування, запобігання шкідливим звичкам, санітарні, протиепідемічні правила і норми, а також дотримуючись їх та здійснюючи профілактичні заходи зі збереження власного фізичного, психічного, духовного здоров'я;

	<ul style="list-style-type: none"> - ПРН 16 Обирає методи і засоби дослідження, що адекватні завданням із прогнозу досягнень дітей з фізичної культури у кожному визначеному завданні з фізичної культури; - ПРН 21 Визначає сильні та слабкі сторони власної педагогічної діяльності, відповідність професійних компетентностей чинним вимогам, а також шляхи і способи усунення існуючих недоліків в організації, формуванні, реалізації змісту фізичної культури для досягнення її мети. <p><i>1-й, 2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - ПРН 01 аналізувати особливості, протиріччя та перспективи розвитку сучасної сфери фізичної культури і спорту, критично осмислювати проблеми у галузі та на межі галузей знань; - ПРН 02 приймати ефективні рішення щодо вирішення проблем у сфері фізичної культури та спорту, генерувати та порівнювати альтернативи, оцінювати ризики та ресурсні потреби; - ПРН 03 вільно обговорювати результати професійної діяльності, досліджень та інноваційних проєктів у сфері фізичної культури та спорту державною та іноземною мовами усно і письмово; - ПРН 05 розробляти і викладати спеціалізовані навчальні дисципліни у закладах вищої освіти; - ПРН 10 планувати тренувальний процес кваліфікованих спортсменів та реалізовувати його з використанням новітніх підходів, засобів та методів спортивного тренування. <p><i>Завдання дисципліни:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - сформувати у здобувачів вищої освіти спеціальностей 017 Фізична культура і спорт, 014 Середня освіта (Фізична культура) СВО «бакалавр» та «магістр» інтегральні, загальні та спеціальні (фахові, предметні) компетентності, які визначені освітньо-професійними програмами «Тренер з видів спорту» «Середня освіта (Фізична культура); - опанувати навчальний матеріалом освітнього компоненту на відповідному рівні.
<p>Компетентності:</p>	<p>Відповідно до освітньо-професійних програм у здобувачів вищої освіти СВО «бакалавр» та «магістр» формується:</p> <p><i>Загальні компетентності:</i></p> <p><i>1-й, 2-й курси СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - ЗК 02 здатність до міжособистісної взаємодії, роботи в команді, спілкування з представниками інших професійних груп різного рівня (соціальна компетентність); - ЗК 04 здатність до прийняття ефективних рішень у професійній діяльності та відповідального ставлення до обов'язків, мотивування людей до досягнення спільної мети (лідерська компетентність). <p><i>1-й, 2-й, 3-й курси СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - ЗК 09 навички міжособистісної взаємодії; - ЗК 10 здатність бути критичним і самокритичним; - ЗК 12 здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. <p><i>3-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - ЗК 02 здатність працювати в команді та автономно; - ЗК 04 здатність застосовувати набуті знання в практичних ситуаціях; - ЗК 06 здатність до самовдосконалення та саморозвитку; - ЗК 11 здатність освоювати та вдосконалювати рухові уміння і навички з різних видів рухової активності та підтримувати загальний рівень фізичної активності і здоров'я. <p><i>4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - ЗК 07 здатність вільно спілкуватися державною мовою (усно та письмово); - ЗК 08 здатність використовувати знання іноземної мови в освітній діяльності; - ЗК 10 здатність розуміти стратегію сталого розвитку людства. <p><i>4-й, курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - ЗК 04 здатність працювати в команді; - ЗК 09 навички міжособистісної взаємодії; - ЗК 10 здатність бути критичним і самокритичним; - ЗК 12 здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. <p><i>1-й, 2-й курси СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - ЗК 02 здатність здійснювати міжособистісну взаємодію з представниками інших професійних груп різного рівня у вирішенні актуальних завдань фізичної культури дітей (соціальна); - ЗК 04 здатність генерувати нові ідеї, виявляти та розв'язувати проблеми у професійній діяльності, враховуючи положення академічної доброчесності й використовуючи адекватні методи дослідження (інноваційна); - ЗК 05 здатність під час роботи в команді приймати ефективні управлінські рішення, мотивувати людей досягати визначеної мети (лідерська). <p><i>1-й, 2-й курси СВО «магістр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - ЗК 01 здатність діяти соціально відповідально та свідомо; - ЗК 03 здатність до адаптації та дії в новій ситуації;

- ЗК 04 здатність виявляти, ставити та вирішувати проблеми;
- ЗК 05 здатність генерувати нові ідеї (креативність);
- ЗК 07 здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.

Спеціальні (фахові, предметні) компетентності:

1-й, 2-й курси СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):

- СК 03 здатність володіти та практично реалізовувати педагогічні, медико-біологічні, інформаційні технології, спрямовані на формування у дітей вміння застосовувати набуті знання, базові й нові види рухової діяльності, що передбачені змістом фізичної культури в закладі загальної середньої освіти (навчальна компетентність);
- СК 04 здатність володіти та практично реалізовувати педагогічні, медико-біологічні, інформаційні технології, спрямовані на розвиток фізичних (рухових), моральних, волевих якостей дітей під час реалізації різних форм фізичної культури в закладі загальної середньої освіти (розвивальна компетентність);
- СК 08 здатність до рівноправної й особистісно орієнтованої взаємодії з дітьми під час реалізації різних форм фізичної культури в закладі загальної середньої освіти, у тому числі із залученням батьків на засадах партнерства для надання додаткової допомоги дітям і підтримки тих, хто має особливі освітні потреби (компетентність педагогічного партнерства);
- СК 11 здатність організовувати кожну визначену форму фізичної культури дітей в закладі загальної середньої освіти (урочну, позаурочні малі й масові спортивно-оздоровчі), а також організовувати діяльність дітей під час реалізації кожної такої форми та вести документацію, передбачену освітнім процесом із фізичної культури (організаційна компетентність);
- СК 12 здатність прогнозувати результати фізичної культури дітей в закладі загальної середньої освіти протягом певного року навчання, враховуючи їхні вихідні дані, індивідуальні особливості, а протягом навчального семестру й чверті з урахуванням поставлених завдань і можливостей дітей (прогностична компетентність);
- СК 13 здатність проектувати зміст уроків, позаурочних форм фізичної культури, виконуючи вимоги державного стандарту освіти та враховуючи освітні потреби і попередні результати розвитку та навчання дітей (проектувальна компетентність).
- СК 14 здатність оцінювати результати фізичної культури за напрямом, що стосується розвитку фізичних якостей, навчання рухових дій, оволодіння теоретико-методичними знаннями; аналізувати одержані оцінки й забезпечувати самооцінювання за такими напрямками: розвиток фізичних (рухових) якостей, навчання рухових дій, формування теоретико-методичних знань, умінь (оцінювально-аналітична компетентність);
- СК 15 здатність застосовувати методи наукового пізнання, інновації та сучасні дієві підходи до розв'язання проблем у професійній діяльності з фізичної культури в закладі загальної середньої освіти, виходячи із положень документальних джерел, що стосуються академічної доброчесності (інноваційна компетентність).

1-й, 2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт:

- СК 02 здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях;
- СК 05 здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя;
- СК 14 здатність до безперервного професійного розвитку;
- СК 15 здатність використовувати набуті теоретичні знання, практичні вміння та навички для проведення кондиційних тренувань з видів спорту;
- СК 16 здатність здійснювати спортивний відбір та орієнтацію дітей, підлітків та молоді для занять видами спорту;
- СК 17 здатність використовувати традиційні, авторські форми та методи для організації і проведення спортивно-масових заходів з видів спорту;
- СК 18 здатність у процесі практичної підготовки вдосконалювати теоретичні знання, практичні вміння та навички для підвищення своєї професійної майстерності.

3-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):

- СК 02 здатність застосовувати сучасні методи й освітні технології навчання у фізичному вихованні;
- СК 03 здатність здійснювати об'єктивний контроль і оцінювання рівня навчальних досягнень учнів з фізичного виховання;
- СК 04 здатність аналізувати особливості сприйняття та засвоєння учнями навчальної інформації з метою прогнозу ефективності та корекції навчально-виховного процесу з фізичного виховання;
- СК 09 здатність здійснювати профілактику травматизму, забезпечувати охорону життя і здоров'я дітей;
- СК 11 здатність самостійно проводити заняття в шкільній секції спортивного напрямку, здійснювати профілактику травматизму.

3-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт:

- ФК 02 здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях;

- ФК 10 здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми;
- ФК 14 здатність до безперервного професійного розвитку.

4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):

- СК 11 здатність самостійно проводити заняття в шкільній секції спортивного напрямку, здійснювати профілактику травматизму;
- СК 15 здатність до організаційної роботи у сфері фізкультурно-оздоровчої роботи у навчальних закладах, позашкільних закладах учнівської молоді (зі спортивного туризму й орієнтування), літніх дитячих оздоровчих таборих.

4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт:

- ФК 02 здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях;
- ФК 14 здатність до безперервного професійного розвитку.

1-й, 2-й курси СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):

- СК 01 здатність враховувати особливості мовного середовища під час здійснення в закладі загальної середньої освіти професійної діяльності (мовно-комунікативна);
- СК 02 здатність формувати зміст різних форм фізичної культури дітей в закладі загальної середньої освіти відповідно до результатів науково-дослідної діяльності, проводити моніторинг необхідних характеристик дітей із використанням сучасних інформаційних технологій та оцінювати результати, враховуючи індивідуальні особливості (предметно-методична);
- СК 03 здатність до передачі навчального матеріалу, що стосується формування умінь, навичок у рухових діях із різних видів фізичної активності, формування знань у питаннях із фізичної культури в закладі загальної середньої освіти на засадах персоналізованого підходу (навчальна);
- СК 04 здатність реалізовувати педагогічні, медико-біологічні, інформаційні технології та самостійно розробляти методики різнобічного розвитку дітей в освітньому процесі з фізичної культури (розвивальна);
- СК 05 здатність орієнтуватись в інформаційному просторі питань з фізичної культури, здійснювати пошук, критично оцінювати й оперувати інформацією під час професійної діяльності, використовуючи наявні електронні (цифрові) освітні ресурси (інформаційно-цифрова);
- СК 06 здатність визначати і враховувати під час реалізації різних форм фізичної культури психофізіологічні особливості дітей для посилення мотивації, формування позитивної самооцінки, я-ідентичності, ціннісного ставлення до власного здоров'я, здорового способу життя і (психологічна);
- СК 07 здатність виявляти шанобливе ставлення, цінувати особистість кожної дитини та забезпечувати їй можливість керувати власними емоційними станами за допомогою засобів і методів фізичної культури (емоційно-етична);
- СК 08 здатність до рівноправної дії і взаємодії з дітьми, залученими фахівцями при проведенні індивідуальних і групових занять з фізичної культури (педагогічного партнерства);
- СК 09 здатність створювати для дітей під час занять з фізичної культури безпечне освітнє середовище, використовуючи відповідні технології, а також здійснювати просвітницьку діяльність щодо безпеки життєдіяльності, санітарії, гігієни, формувати культуру здорової й безпечної життєдіяльності та зберігати власне фізичне, психічне, духовне здоров'я (здоров'язбережувальна);
- СК 11 здатність прогнозувати досягнення дітей у кожному визначеному завданні з фізичної культури, використовуючи адекватні методи дослідження (прогностична);
- СК 12 здатність проектувати групові й персональні програми фізичної активності дітей із чітко визначеними спрямованістю, параметрами та очікуваною зміною показників (проектувальна);
- СК 13 здатність здійснювати оцінювання та аналізувати дані щодо результатів дітей з фізичної культури за здоров'язбережувальним, розвивальним, навчальним, теоретико-методичним напрямками (оцінювально-аналітична);
- СК 14 здатність розв'язувати проблеми, що виникають при здійсненні професійної діяльності, у тому числі які потребують нових стратегічних підходів, відбуваються у нових (незнайомих) середовищах, відзначаються неповною (обмеженою) інформацією та передбачають урахування аспектів соціальної та етичної відповідальності (науково-пошукова);
- СК 15 здатність виокремлювати напрями, завдання і способи їх вирішення, що пов'язані з професійним розвитком фахівця, шляхом набуття нових знань, умінь, навичок (здатність до самоосвіти впродовж життя);
- СК 16 здатність критично оцінювати власну професійну діяльність та визначати шляхи, способи усунення наявних недоліків в організації, формуванні та реалізації змісту фізичної культури дітей у закладі загальної середньої освіти (рефлексивна).

1-й, 2-й курси СВО «магістр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт:

- СК 01 здатність до критичного осмислення проблем у сфері фізичної культури і спорту, оригінального мислення та проведення досліджень;
- СК 02 здатність розробляти та реалізовувати інноваційні проекти у сфері фізичної культури і спорту;
- СК 03 здатність здійснювати науково-педагогічну діяльність у закладах вищої освіти;

- СК 04 здатність управляти робочими або навчальними процесами у сфері фізичної культури та спорту, які є складними, непередбачуваними та потребують нових стратегічних підходів;
- СК 05 здатність розв'язувати проблеми у сфері фізичної культури та спорту у нових або незнаййомих середовищах за наявності неповної або обмеженої інформації з урахуванням аспектів соціальної та етичної відповідальності;
- СК 06 здатність до самоосвіти, самовдосконалення та саморефлексії для успішної професіоналізації у сфері фізичної культури і спорту;
- СК 08 здатність впроваджувати у практичну діяльність результати наукових досліджень, спрямованих на вирішення прикладних завдань у сфері фізичної культури і спорту;
- СК 10 здатність визначати основний фокус та зміст тренування з урахуванням виду спорту, завдань етапу річної та багаторічної підготовки, індивідуальних можливостей спортсменів;
- СК 11 здатність керувати власним фізичним і психічним станом з метою підвищення результативності тренерської діяльності.

Сфера реалізації здобутих компетентностей під час працевлаштування.

1-й, 2-й, 3-й курси СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):

Випускники спроможні займати посади, кваліфікаційні вимоги яких передбачають наявність ступеня бакалавра зі спеціальності «Середня освіта (Фізична культура)».

Згідно з Національним класифікатором професій ДК 003:2010 фахівці, які здобули вищу освіту за спеціальністю «Середня освіта (Фізична культура)», можуть займати такі посади:

- 2320 – Вчитель фізичної культури закладу загальної середньої освіти;
- 2351.2 – Методист з фізичної культури;
- 3475 – Інструктор-методист з фізичної культури та спорту;
- 1229.6 – Керівник фізичного виховання;
- 3414 – Фахівець із організації дозвілля.

1-й, 2-й, 3-й курси СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт:

Згідно з Національним класифікатором України (Класифікатор професій ДК 003:2010) випускники, які здобули вищу освіту за освітньо-професійною програмою, можуть займати первинну посаду:

- 3475.85 – Тренер з виду спорту (федерації, збірної чи клубної команди, спортивної школи і т. д.);
- 3475.85 – Тренер-викладач з виду спорту (спортивної школи, секції);
- 3475.22769.85 – Інструктор-методист спортивної школи;
- 3475.22768.85 – Інструктор-методист з фізичної культури та спорту.

3-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт:

Після закінчення навчання за освітньо-професійною програмою бакалавра фізичної культури і спорту випускник здатен виконувати зазначену в ДК 003:2010 професійну роботу і може займати відповідну первинну посаду:

- 3475 – Тренер з виду спорту (федерації, збірної чи клубної команди, спортивної школи і т. д.);
- 3475 – Тренер-викладач з виду спорту (спортивної школи, секції);
- 3475 – Інструктор-методист спортивної школи;
- 3414 – Фахівець із організації дозвілля;
- 3414 – Інструктор оздоровчо-спортивного туризму (за видами туризму);
- 3475 – Інструктор з фізичної підготовки;
- 3475 – Інструктор-методист з фізичної культури та спорту;
- 3475 – Інструктор-методист з виробничої гімнастики.

1-й, 2-й, 3-й, 4-й курси СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):

Випускники спроможні займати посади, кваліфікаційні вимоги яких передбачають наявність ступеня бакалавра зі спеціальності «Середня освіта (Фізична культура)».

Згідно з Національним класифікатором професій ДК 003:2010 фахівці, які здобули вищу освіту за спеціальністю «Середня освіта (Фізична культура)», можуть займати такі посади:

- 2320 – Вчитель фізичної культури закладу загальної середньої освіти;
- 2351.2 – Методист з фізичної культури;
- 3475 – Інструктор-методист з фізичної культури та спорту;
- 1229.6 – Керівник фізичного виховання;
- 3414 – Фахівець із організації дозвілля.

1-й, 2-й курси СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):

Після закінчення навчання за освітньо-професійною програмою «Середня освіта (Фізична культура)» випускник здатен виконувати зазначену в Національному класифікаторі України (Класифікатор професій ДК 003:2010) професійну роботу і може займати відповідну первинну посаду:

- 2320 – Вчитель фізичної культури закладу загальної середньої освіти;
- 2351.2 – Методист з фізичної культури;
- 3475 – Інструктор-методист з фізичної культури та спорту;
- 1229.6 – Керівник фізичного виховання;
- 3414 – Фахівець із організації дозвілля.

	<p><i>1-й, 2-й курси СВО «магістр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт:</i></p> <p>Після закінчення навчання за освітньо-професійною програмою «Тренер з видів спорту» випускник здатен виконувати зазначену в Національному класифікаторі України (класифікатор професій ДК 003:2010) професійну роботу і може займати відповідну первинну посаду:</p> <p>1229.6 – Керівники підрозділів у сфері культури, відпочинку та спорту;</p> <p>1143.4 – Виконавчий директор федерації виду спорту;</p> <p>22831 – Інструктор з фізичної культури;</p> <p>22856 – Інструктор навчально-тренувального пункту;</p> <p>22769 – Інструктор-методист спортивної школи;</p> <p>3475 – Інструктор-методист тренажерного комплексу (залу);</p> <p>3475 – Тренер з виду спорту (федерації, збірної чи клубної команди, спортивної школи та ін.);</p> <p>3475 – Тренер-викладач з виду спорту (спортивної школи, секції та ін.);</p> <p>23478 – Методист з фізичної культури;</p> <p>1143.4 – Державний тренер з виду спорту (збірної);</p> <p>2310.2 – Викладач закладу вищої освіти.</p>
<p>Преквізити</p>	<p>«Спортивно-педагогічне вдосконалення з пауерліфтингу / Підвищення спортивної майстерності з пауерліфтингу» передують наступні навчальні дисципліни:</p> <p>1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура): «Вступ до спеціальності», «Анатомія людини з основами спортивної морфології», «Історія фізичної культури»;</p> <p>1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт: «Вступ до спеціальності», «Анатомія людини з основами спортивної морфології», «Історія фізичної культури»;</p> <p>2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура): «Теорія і методика викладання рухливих ігор і забав», «Теорія і методика викладання спортивних ігор» «Теорія і методика викладання гімнастики», «Теорія і методика викладання легкої атлетики», «Силова підготовка в системі спортивної підготовки»;</p> <p>2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт: «Психологія спорту», «Педагогіка спорту», «Адаптивний спорт», «Спортивні та національні види боротьби» «Теорія і методика фізичного виховання»;</p> <p>3-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт: «Управління у сфері фізичної культури і спорту», «Теорія і методика легкої атлетики», «Теорія і методика гімнастики» «Теорія і методики фізичного виховання», «Теорія і методика юнацького спорту», «Теорія і методика спортивного тренування»;</p> <p>4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура): «Теорія і методика фізичного виховання», «Теорія і методика викладання спортивних ігор» «Теорія і методика викладання гімнастики», «Теорія і методика викладання легкої атлетики», «Теорія і методика викладання атлетизму»;</p> <p>4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт: «Теорія і методика фізичного виховання», «Теорія і методика спортивного тренування», «Теорія і методика юнацького спорту», «Професійна майстерність тренера» «Теорія і методика спортивних ігор», «Теорія і методика легкої атлетики», «Теорія і методика гімнастики»;</p> <p>1-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура): «Методика навчання фізичної культури у закладах освіти», «Методологічні основи викладання та інноваційні технології у фізичному вихованні».</p> <p>1-й курс СВО «магістр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт: «Спорт в освіті», «Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті».</p> <p>2-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура): «Методика навчання фізичної культури у закладах освіти», «Методологічні основи викладання та інноваційні технології у фізичному вихованні».</p> <p>2-й курс СВО «магістр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт: «Виробнича практика в ДЮСШ в групах спеціалізованої підготовки», «Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті».</p>
<p>Пореквізити</p>	<p>Набутті теоретичні знання практичні вміння та навички з освітнього компонента «Спортивно-педагогічне вдосконалення / Підвищення спортивної майстерності з пауерліфтингу» опанування якими можуть бути використані під час вивчення таких навчальних дисциплін, як:</p> <p>- зі спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) СВО «бакалавр»: «Теорія і методика викладання спортивних ігор», «Виробнича практика з організації спортивно-масової роботи», «Виробнича педагогічна практика в закладах загальної середньої освіти», «Теорія, види і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності», «Курсова робота з підвищення спортивної майстерності»;</p> <p>- зі спеціальності 017 Фізична культура і спорт СВО «бакалавр»: «Теорія і методика спортивних ігор», «Теорія, види і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності», «Професійна майстерність тренера», «Курсова робота з підвищення спортивної майстерності»;</p> <p>- зі спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) СВО «магістр»: «Методологічні основи викладання та інноваційні технології у фізичному вихованні», «Виробнича педагогічна практика в закладах освіти»;</p>

	- зі спеціальності 017 Фізична культура і спорт СВО «магістр»: «Виробнича практика в дитячій юнацькій спортивній школі в групах спеціалізованої підготовки», «Виробнича педагогічна асистентська практика».	
Обсяг і ознаки курсу	Найменування показників	Характеристика навчального курсу
	Рік навчання	1-й, 2-й, 3-й, 4-й СВО «бакалавр»; 1-й СВО «магістр»; 2-й СВО «магістр».
	Семестр вивчення	1-й, 2-й, 3-й, 4-й, 5-й, 6-й, 7-й, 8-й СВО «бакалавр»; 1-й, 2-й, 3-й СВО «магістр».
	Обов'язковий освітній компонент професійної підготовки	Обов'язковий освітній компонент професійної підготовки
	Кількість кредитів ЄКТС	1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 6 кредитів; 1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 5 кредитів; 1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт з терміном навчання 2 роки 10 місяців – 5 кредитів; 2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 4 кредити; 2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 5 кредитів; 2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт з терміном навчання 2 роки 10 місяців – 3 кредити; 3-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 4 кредити; 3-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 3 кредити; 4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 4 кредити; 4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 4 кредити; 1-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 4 кредити; 2-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 2 кредити; 1-й курс СВО «магістр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 4 кредити; 2-й курс СВО «магістр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 2 кредити;
	Загальний обсяг годин	1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 180 годин; 1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 150 годин; 1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт з терміном навчання 2 роки 10 місяців – 150 годин; 2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 120 годин; 2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 150 годин; 2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт з терміном навчання 2 роки 10 місяців – 90 годин; 3-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 120 годин; 3-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 90 годин; 4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 120 годин; 4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 120 годин; 1-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 120 годин; 2-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 60 годин;

		<p>2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт з терміном навчання 2 роки 10 місяців – 50 годин; 3-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 40 годин; 3-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 30 годин; 1-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 80 годин; 2-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 40 годин; 1-й курс СВО «магістр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 80 годин; 2-й курс СВО «магістр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 40 годин.</p>
	<p>Форма підсумкового контролю</p>	<p>2-й, 4-й, 6-й, 8-й семестри диференційований залік: СВО «бакалавр» спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) та 017 Фізична культура і спорту. 1-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 1 семестр залік; 1-й курс СВО «магістр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 1 семестр залік; 2-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 3 семестр залік; 2-й курс СВО «магістр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 3 семестр залік; 2-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) (1,10 місяців) – 4 семестр залік.</p>
<p>Технічне й програмне забезпечення /обладнання</p>	<p>Для проведення лекційних занять використовуються мультимедійна лекційна аудиторія (216), мультимедійний проєктор VIEWSONIC PJD5250 DLP (2016 р., 1 шт.), екран для проєктора; 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). Спортивний зал № 1 для проведення практичних занять, матеріально-технічне забезпечення для проведення практичних занять:</p> <ul style="list-style-type: none"> - стійки для пауерліфтингу; - лави для жиму лежачи; - грифи вагою 20 кг; - диски для штанги 25 кг, 20 кг, 15 кг, 10 кг, 5 кг, 2,5 кг, 1,25 кг; - гантелі; - гирі вагою 24 кг та 32 кг; - напівсфери балансувальні; - резинки для фітнесу; - тренажери. 	
<p>Політики курсу</p>	<p><i>Умови визначення успішного засвоєння освітнього компоненту «Спортивно-педагогічне вдосконалення / Підвищення спортивної майстерності з пауерліфтингу»:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - 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/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 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. (<https://tinyurl.com/2p82fw75>).

Академічна доброчесність. Очікується, що роботи студентів будуть їх оригінальними дослідженнями чи міркуваннями. Відсутність посилань на використані джерела, фабрикування джерел списування, втручання в роботу інших студентів становлять, але не обмежують приклади можливої академічної не доброчесності. Виявлення ознак академічної не доброчесності в письмовій роботі (звітах, планах-конспектах) студента є підставою для її не зарахування викладачем, незалежно від масштабів плагіату чи обману.

«Кодекс академічної доброчесності Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка» (<http://surl.li/bkxyp>).

«Положення про дотримання академічної доброчесності педагогічними, науково-педагогічними, науковими працівниками та здобувачами вищої освіти в Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка» (<http://surl.li/cxmzn>).

Відвідання занять. Відповідно до пункту 9.2 «Правил внутрішнього розпорядку К-ПНУ імені Івана Огієнка» (<https://tinyurl.com/4tfmzkfb>).

Здобувачі вищої освіти зобов'язані: дотримуватися вимог законодавства, Статуту Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка» відвідувати усі види навчальних занять; вчасно інформувати деканат про неможливість відвідувати навчальні заняття, скласти (перескласти) екзамени, заліки тощо через поважні причини; подати підтверджувальні документи, що засвідчують поважну причину, яка унеможливила відвідування навчальних занять, складання (перескладання) екзаменів, заліків тощо; ліквідувати академічну заборгованість у встановлені терміни (<https://tinyurl.com/2jxk72w2>).

Література. Уся література, яку здобувачі вищої освіти не можуть знайти самостійно, буде надана викладачем виключно в освітніх цілях без права її передачі третім особам. Студенти заохочуються до використання також й іншої літератури та джерел, яких немає серед рекомендованих.

Визнання результатів неформальної та (або) інформальної освіти.

У випадку, якщо здобувач освіти отримав знання у неформальній та інформальній освіті, зарахування результатів навчання здійснюється згідно з Порядком визнання в Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка результатів навчання, здобутих шляхом неформальної та/або інформальної освіти (нова редакція) (<http://surl.li/idvnd>) зокрема, якщо їх тематика відповідає змісту освітнього компоненту (окремій темі або змістовому модулю):

- закінчення професійних курсів, семінарів або тренінгів, тематика яких відповідає змісту освітнього компоненту (окремій темі або змістовому модулю);
- підготовка конкурсної наукової роботи;
- призове місце на Всеукраїнському конкурсі студентських наукових робіт;
- призове місце на Всеукраїнській студентській олімпіаді.
- наявність особистих спортивних досягнень (переможці, призери Чемпіонатів Світу, Європи, України, діючий МСМК, МС, КМС, I розряд.

Схема курсу

Назви тем лекційних занять та змістових модулів	Денна форма здобуття вищої освіти													
	FK1-B23, FK2-B23	FK1-B22, FK2-B22	FK1-B21, FK2-B21	FKS1-B23	FKS1-B22	FKS1-B21	FKS1-ml-B23	FKS1ml-B22	FKS1-M23 2/2	FKS1-M22, FKS2-M22	FK1-M23	FK1-M22, FK2-M22	FK1-B20, FK2-B20	FKS1-B20
Лекційні заняття														
Тема 1. Вступ у навчальну дисципліну «Підвищення спортивної майстерності».	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	-	-
Тема 2. Особливості фізичної, технічної, тактичної, психологічної та інтегральної підготовки в циклічних і ациклічних видах спорту.	2	2	2	2	2	2	2	2	2	-	2	-	-	-
Разом	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	-	-
Практичні заняття														
Змістовий	24	20	20	18	18	10	18	10	6	6	6	6	24	24

	модуль 1															
	Змістовий модуль 2	34	18	18	30	30	18	30	18	12	18	12	12	36	36	
	Змістовий модуль 3	36	24	24	32	32	20	32	20	12	-	12	-	38	38	
	Змістовий модуль 4	22	14	14	16	16	8	16	8	6	-	6	-	22	22	
	Разом	116	76	76	96	96	56	96	56	36	18	36	18	120	120	
	Самостійна робота															
	Змістовий модуль 1	12	10	10	12	12	5	12	12	12	12	12	12	-	-	
	Змістовий модуль 2	18	10	10	13	13	10	13	13	28	28	28	28	-	-	
	Змістовий модуль 3	19	10	10	15	15	10	15	15	28	-	28	-	-	-	
	Змістовий модуль 4	11	10	10	10	10	5	10	10	12	-	12	-	-	-	
	Разом	60	40	40	50	50	30	50	50	80	40	80	40	-	-	
Форми та методи оцінювання	Поточне та контрольне оцінювання здобувачів вищої освіти здійснюється із використанням таких форм та методів: усне опитування, тестування (для вияву рівня розвитку фізичних якостей), контрольне виконання рухових дій (технічна та тактична підготовка) проведення фрагментів навчально-тренувальних занять з пауерліфтингу, демонстрація, вирішення проблемних ситуацій, аналіз виконаної роботи, диференційований залік (СВО «бакалавр» 2, 4, 6, 8 семестри), СВО «магістр» залік (1, 2, 3 семестри).															
Критерії оцінювання	Максимальний бал оцінки поточної успішності здобувачів вищої освіти під час навчальної практики зі спортивних ігор рівний 12.															
	Поточний і модульний контроль (60 балів)										Сума					
	ЗМ 1		ЗМ 2			ЗМ 3			ЗМ 4			100 балів				
	Поточний контроль		Поточний контроль			Поточний контроль			Поточний контроль							
	20 балів		30 балів			30 балів			20 балів							
	Рейтингова система оцінювання навчальної діяльності здобувачів вищої освіти під час навчальних занять															
	З урахуванням того, що навчальні досягнення учнів закладів загальної середньої освіти оцінюються за 12-бальною шкалою та з метою полегшення процесу адаптації випускників цих закладів до умов навчання у закладі вищої освіти, максимальний бал оцінки поточної успішності здобувачів вищої освіти на навчальних заняттях дорівнює 12-ти балам (http://surl.li/hwbc).															
	Примітка: здобувачу вищої освіти, який не виконав поточних домашніх завдань, не підготувався до практичних, семінарських, лабораторних занять, в журналі академічної групи ставиться 0 балів.															
	Рейтингова оцінка у балах знань, умінь і навичок здобувача вищої освіти на навчальних заняттях зі змістового модуля обчислюється після проведення цих занять та ліквідації ним поточної заборгованості, пов'язаної з пропусками занять, невідповідністю або недостатньою підготовленістю до них за такою формулою:															
	$R = ((0,05 \times CO) + 0,4) \times ВБ$															
	де R – рейтингова оцінка у балах за змістовий модуль;															
	CO – середнє арифметичне усіх отриманих оцінок за результатами поточного контролю;															
	ВБ – ваговий бал, максимально можливий бал оцінювання результатів навчальної діяльності здобувачів вищої освіти.															
	Наприклад:															
	Відповідно до робочої програми освітнього компоненту «СПВ/ПСМ з пауерліфтингу» здобувач вищої освіти за результатами поточного контролю зі Змістового модуля 1 отримав 10 оцінок, а саме: 12, 10, 8, 12, 10, 11, 9, 9, 10, 11. Ваговий бал ЗМ 1 складає 20 балів.															
	Дії НПП, або здобувача:															
	- визначити середнє арифметичне отриманих оцінок, яке відповідно складе – 9,25 бали;															
	- отримані значення підставити у формулу:															
	$R = ((0,05 \times 9,2) + 0,4) \times 20 = 17$															
	Отже, за результатами поточного контролю здобувач вищої освіти за змістовий модуль 1 ОК «СПВ/ПСМ з пауерліфтингу» отримав – 17 балів.															
	Шкала оцінювання навчальної діяльності здобувачів вищої освіти															
	Об'єм пройденого матеріалу							Кількісний показник								

	СВО «бакалавр»				СВО «магістр»		Бали що нарах за 12 б.с.о.
	I	II	III	IV	I рік навчання	II рік навчання	
Змістовий модуль 1 Фізична підготовка (ваговий бал 20)							
1. Човниковий біг 4x9м. Проводиться у спортивному залі на рівній доріжці, завдовжки не менш 11-12 м. Відміряють 9-метрову ділянку, початок і кінець якої позначають лініями (стартовою та фінішною). За кожною з цих ліній – 2 півкола радіусом 50 см з центром лінії. На дальнє півколо за фінішною рисою кладуть дерев'яний кубик (5 см). Студент стає за ближчою рисою на лінії старту і по команді «Марш» починає бігти до фінішної лінії, оббігає півколо, бере кубик і повертається до лінії старту. Вимірюється в секундах.	ч 9,3 ж 10,6	ч 9,2 ж 10,5	ч 9,1 ж 10,4	ч 9,0 ж 10,3	ч 8,8 ж 10,2	ч 8,8 ж 10,2	12
	ч 9,8 ж 11,1	ч 9,6 ж 10,9	ч 9,5 ж 10,7	ч 9,4 ж 10,5	ч 9,2 ж 10,5	ч 9,2 ж 10,5	9
	ч 10,3 ж 11,5	ч 10,2 ж 11,4	ч 10,0 ж 11,3	ч 9,9 ж 11,2	ч 9,7 ж 11,1	ч 9,7 ж 11,1	6
2. Підтягування на перекладині. Виконується з положення вису, руки на перекладині, ноги дещо зігнуті в колінах. Вимірюється в кількості раз.	ч 10 ж 3	ч 12 ж 4	ч 14 ж 5	ч 15 ж 5	ч 16 ж 6	ч 16 ж 6	12
	ч 8 ж 2	ч 10 ж 3	ч 12 ж 4	ч 13 ж 4	ч 14 ж 5	ч 14 ж 5	9
	ч 6 ж 1	ч 7 ж 2	ч 9 ж 3	ч 11 ж 3	ч 12 ж 4	ч 12 ж 4	6
3. Згинання та розгинання рук в упорі лежачи. Студент приймає положення упору лежачи, руки прямі на ширині плечей кистями вперед, тулуб і ноги утворюють пряму лінію, пальці стоп опираються на підлогу. За командою викладача студентка розпочинає ритмічно з повною амплітудою згинати і розгинати руки. Вимірюється в кількості раз.	ч 37 ж 17	ч 39 ж 19	ч 41 ж 21	ч 42 ж 22	ч 44 ж 24	ч 44 ж 24	12
	ч 32 ж 14	ч 34 ж 15	ч 35 ж 16	ч 36 ж 17	ч 38 ж 19	ч 38 ж 19	9
	ч 26 ж 10	ч 27 ж 11	ч 29 ж 12	ч 30 ж 13	ч 32 ж 16	ч 32 ж 16	6
4. Піднімання в сід за 1 хвилину. Виконується з положення лежачи, руки за головою, ноги зігнуті в колінах. Вимірюється в кількості раз.	ч 41 ж 35	ч 46 ж 40	ч 48 ж 42	ч 51 ж 45	ч 53 ж 47	ч 53 ж 47	12
	ч 35 ж 30	ч 40 ж 35	ч 42 ж 37	ч 45 ж 40	ч 47 ж 42	ч 47 ж 42	9
	ч 28 ж 23	ч 33 ж 28	ч 35 ж 30	ч 38 ж 33	ч 40 ж 35	ч 40 ж 35	6
5. Вис на зігнутих руках. Студент приймає положення вису на перекладині хватом зверху, підтягується до положення, коли підборіддя вище перекладини та затримується на максимальну кількість часу. Вимірюється в секундах.	ч 50 ж 19	ч 53 ж 20	ч 55 ж 21	ч 58 ж 23	ч 60 ж 25	ч 60 ж 25	12
	ч 40 ж 15	ч 42 ж 17	ч 44 ж 18	ч 45 ж 20	ч 47 ж 22	ч 47 ж 22	9
	ч 30 ж 10	ч 32 ж 12	ч 33 ж 14	ч 34 ж 16	ч 35 ж 18	ч 35 ж 18	6
6. Стрибок у гору з місця. Виконується поштовхом обох ніг та замахом рук від поверхні підлоги. Вимірювання висоти стрибка здійснюється рулеткою або сантиметровою стрічкою за методикою Абалякова. Вимірюється в сантиметрах.	ч 50 ж 40	ч 52 ж 42	ч 53 ж 43	ч 54 ж 44	ч 56 ж 46	ч 56 ж 46	12
	ч 46 ж 38	ч 48 ж 40	ч 49 ж 41	ч 50 ж 42	ч 52 ж 44	ч 52 ж 44	9
	ч 40 ж 34	ч 41 ж 36	ч 42 ж 37	ч 43 ж 38	ч 45 ж 40	ч 45 ж 40	6
7. Стрибок у довжину з місця виконується поштовхом обох ніг від лінії або краю дошки на покриття, що	ч 240 ж 193	ч 245 ж 198	ч 250 ж 200	ч 255 ж 205	ч 260 ж 210	ч 260 ж 210	12
	ч 222	ч 48	ч 49	ч 50	ч 52	ч 241	9

виключає жорстке приземлення. Відстань стрибка вимірюється сталевою рулеткою. Вимірюється в сантиметрах.	ж 180 ч 205 ж 167	ж 185 ч 210 ж 171	ж 188 ч 215 ж 175	ж 192 ч 220 ж 180	ж 196 ч 224 ж 184	ж 196 ч 224 ж 184	6
8. Стрибок на платформу. Виконання вертикального стрибка з місця на платформу різної висоти з урахуванням індивідуальних особливостей спортсменів. Висота платформи вимірюється в сантиметрах.	ч 100 ж 90	ч 105 ж 95	ч 110 ж 100	ч 115 ж 105	ч 120 ж 110	ч 120 ж 110	12
	ч 90 ж 85	ч 95 ж 90	ч 100 ж 95	ч 105 ж 100	ч 110 ж 105	ч 110 ж 105	9
	ч 85 ж 80	ч 90 ж 85	ч 95 ж 90	ч 100 ж 95	ч 105 ж 100	ч 105 ж 100	6
9. Присідання з штангою на лаву. Виконується з штангою на плечах вагою, що дорівнює 50% власної ваги студента. Студент повинен з положення стоячи опуститися в сід до рівня лави і встати, повернувшись до вихідного положення. Вимірюється в кількості разів.	ч 12 ж 8	ч 15 ж 10	ч 20 ж 15	ч 25 ж 20	ч 30 ж 25	ч 30 ж 25	12
	ч 8 ж 6	ч 11 ж 8	ч 15 ж 10	ч 20 ж 15	ч 25 ж 20	ч 25 ж 20	9
	ч 6 ж 4	ч 8 ж 6	ч 10 ж 8	ч 15 ж 10	ч 20 ж 15	ч 20 ж 15	6
10. Проведення фрагментів навчально-тренувальних занять з пауерліфтингу. Проведення підготовчої частини 4-х навчально-тренувальних занять – 2 курс СВО «бакалавр». Розвиток фізичних якостей засобами пауерліфтингу (3-4 курси СВО «бакалавр» 4 заняття, 1-2 курси СВО «магістр» 2 заняття.							4-12
Змістовий модуль 2 Технічна підготовка (ваговий бал 30)							
1. Випробування на точність техніки виконання змагальної вправи пауерліфтингу - присідання. Основна вимога - на високому технічному рівні виконати: - Зняття штанги зі стійок; - Відхід зі штангою на плечах від стійок; - Фіксація стартового положення; - Опускання в сід; - Демонстрація співвідношення положень кульшового та колінного суглобів у відповідності до вимог правил змагань; - Підйом з сиду; - Фіксація фінального положення; - Повернення штанги на стійки. При оцінюванні враховується кількість технічних помилок.	0-3 4-5	0-2 3-4	0-2 3-4	0-1 2-3	0-1 2-3	0-1 2-3	10-12 7-9
	6 і більш е	5 і більш е	5 і більше	4 і більше	4 і більш е	4 і більш е	4-6
2. Випробування на точність техніки виконання змагальної вправи пауерліфтингу – жим лежачи. Основна вимога - на високому технічному рівні виконати: - Зняття штанги зі стійок; - Фіксація стартового положення; - Опускання штанги на груди; - Демонстрація співвідношення положень плечового та ліктьового суглобів у відповідності до вимог правил змагань; - Фіксація штанги на грудях; - Вижимання штанги на прямих руках;	0-3 4-5	0-2 3-4	0-2 3-4	0-1 2-3	0-1 2-3	0-1 2-3	10-12 7-9
	6 і більш е	5 і більш е	5 і більше	4 і більше	4 і більш е	4 і більш е	4-6

<ul style="list-style-type: none"> - Фіксація фінального положення; - Повернення штанги на стійки. <p>При оцінюванні враховується кількість технічних помилок.</p>								
<p>3. Випробування на точність техніки виконання змагальної вправи пауерліфтингу - тяга.</p> <p>Основна вимога - на високому технічному рівні виконати:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Прийом стартового положення; - Підйом штанги; - Фіксація фінального положення; - Опускання штанги на поміст. <p>При оцінюванні враховується кількість технічних помилок.</p>	0-3	0-2	0-2	0-1	0-1	0-1	10-12	
	4-5	3-4	3-4	2-3	2-3	2-3	7-9	
	6 і більше	5 і більше	5 і більше	4 і більше	4 і більше	4 і більше	4-6	
<p>4. Випробування на точність техніки виконання допоміжних вправ пауерліфтингу.</p> <p>Основна вимога - на високому технічному рівні виконати:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Фронтальні присідання; - Жим ногами; - Напівприсідання; - Присідання з зупинкою в повільному темпі; - Присідання сумо. <p>При оцінюванні враховується кількість технічних помилок.</p>	0-3	0-2	0-2	0-1	0-1	0-1	10-12	
	4-5	3-4	3-4	2-3	2-3	2-3	7-9	
	6 і більше	5 і більше	5 і більше	4 і більше	4 і більше	4 і більше	4-6	
<p>5. Випробування на точність техніки виконання допоміжних вправ пауерліфтингу.</p> <p>Основна вимога - на високому технічному рівні виконати:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Жим лежачи середнім хватом; - Жим на похилій лаві; - Жим зворотнім хватом; - Швидкісний жим; - Жим головою вниз. <p>При оцінюванні враховується кількість технічних помилок.</p>	0-3	0-2	0-2	0-1	0-1	0-1	10-12	
	4-5	3-4	3-4	2-3	2-3	2-3	7-9	
	6 і більше	5 і більше	5 і більше	4 і більше	4 і більше	4 і більше	4-6	
<p>6. Випробування на точність техніки виконання допоміжних вправ пауерліфтингу.</p> <p>Основна вимога - на високому технічному рівні виконати:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Румунська тяга; - Тяга з ями; - Тяга штанги в нахилі; - Тяга напівсумо; - Тяга до колін; <p>При оцінюванні враховується кількість технічних помилок.</p>	0-3	0-2	0-2	0-1	0-1	0-1	10-12	
	4-5	3-4	3-4	2-3	2-3	2-3	7-9	
	6 і більше	5 і більше	5 і більше	4 і більше	4 і більше	4 і більше	4-6	
<p>7. Проведення фрагментів навчально-тренувальних занять з пауерліфтингу. Проведення підготовчої частини 4-х навчально-тренувальних занять – 2 курс СВО «бакалавр». Вивчення та вдосконалення техніки рухових дій (3-4 курси СВО «бакалавр» 4 заняття, 1-2 курси СВО «магістр» 2 заняття.</p>								4-12
<p>Змістовий модуль 3 Тактична підготовка (гігієнічні вимоги, анти-допінгова діяльність, екіпіровка та тактичний супровід в пауерліфтингу) (ваговий бал 30)</p>								
<p>1. Перевірка на вміння одягати</p>	0-3	0-2	0-2	0-1	0-1	0-1	10-12	

та застосовувати спеціальну екіпіровку для пауерліфтингу. Студенти групи СПВ, працюючи в парах, повинні продемонструвати вміння правильно одягнути та застосувати: - Бинти для зап'ясть; - Наколінники; - Колінні бинти; - Спеціальне трико; - Спеціальну сорочку для жиму лежачи; - RAM. При оцінюванні враховується кількість технічних помилок.	4-5	3-4	3-4	2-3	2-3	2-3	7-9
	6 і більш е	5 і більш е	5 і більше	4 і більше	4 і більш е	4 і більш е	4-6
	0-3	0-2	0-2	0-1	0-1	0-1	10-12
2. Тактика ведення змагальної боротьби при меншій власній вазі та меншому номері жеребу. Студенти працюють в парах (тренер – спортсмен). Завдання «тренера» правильно вибудувати алгоритм тактичних дій задля перемоги в змодельованій змагальній ситуації. При оцінюванні враховується кількість технічних помилок.	4-5	3-4	3-4	2-3	2-3	2-3	7-9
	6 і більш е	5 і більш е	5 і більше	4 і більше	4 і більш е	4 і більш е	4-6
	0-3	0-2	0-2	0-1	0-1	0-1	10-12
3. Тактика ведення змагальної боротьби при меншій власній вазі та більшому номері жеребу. Студенти працюють в парах (тренер – спортсмен). Завдання «тренера» правильно вибудувати алгоритм тактичних дій задля перемоги в змодельованій змагальній ситуації. При оцінюванні враховується кількість технічних помилок.	4-5	3-4	3-4	2-3	2-3	2-3	7-9
	6 і більш е	5 і більш е	5 і більше	4 і більше	4 і більш е	4 і більш е	4-6
	0-3	0-2	0-2	0-1	0-1	0-1	10-12
4. Тактика ведення змагальної боротьби при більшій власній вазі та меншому номері жеребу. Студенти працюють в парах (тренер – спортсмен). Завдання «тренера» правильно вибудувати алгоритм тактичних дій задля перемоги в змодельованій змагальній ситуації. При оцінюванні враховується кількість технічних помилок.	4-5	3-4	3-4	2-3	2-3	2-3	7-9
	6 і більш е	5 і більш е	5 і більше	4 і більше	4 і більш е	4 і більш е	4-6
	0-3	0-2	0-2	0-1	0-1	0-1	10-12
5. Тактика ведення змагальної боротьби при більшій власній вазі та більшому номері жеребу. Студенти працюють в парах (тренер – спортсмен). Завдання «тренера» правильно вибудувати алгоритм тактичних дій задля перемоги в змодельованій змагальній ситуації. При оцінюванні враховується кількість технічних помилок.	4-5	3-4	3-4	2-3	2-3	2-3	7-9
	6 і більш е	5 і більш е	5 і більше	4 і більше	4 і більш е	4 і більш е	4-6
	0-3	0-2	0-2	0-1	0-1	0-1	10-12
7. Проведення фрагментів навчально-тренувальних занять з пауерліфтингу. Проведення підготовчої частини 4-х навчально-тренувальних занять – 2 курс СВО «бакалавр». Вивчення та вдосконалення тактики ведення змагальної боротьби (3-4 курси СВО «бакалавр» 4 заняття, 1-2 курси СВО «магістр» 2 заняття.							4-12
Змістовий модуль 4 Суддівська і змагальна підготовка (ваговий бал 20)							
1. Загальні положення правил пауерліфтингу.							4-12
2. Виконання обов'язків судді на помості.							4-12
3. Виконання обов'язків журі.							4-12
4. Виконання обов'язків судді - секретаря.							4-12

	5. Виконання обов'язків комп'ютерного секретаря. Система GoodLift.	4-12
	6. Підготовка до змагань. Проведення змагань та дії, які потрібно зробити до, під час та після змагань. Положення про змагання. Документація (заявки, протоколи, звіти, календар змагань).	4-12
Інформаційне та навчально-методичне забезпечення	<p style="text-align: center;">Рекомендована література:</p> <p>Основна</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Стеценко А.І., переклад, доповнення та зміни з англ. Ахмаметєва Т.Г. Пауерліфтинг. Правила змагань. Київ. 2011. 81 с. 2. Єдинак Г., Шиян Б, Петришин Ю. Наукові дослідження у фізичному вихованні і спорті: навчальний посібник. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2021. 3-тє вид. стереотип. [Електронний ресурс]. 1 електрон. опт. диск (CD-ROM); 12 см. Об'єм даних 9,7 Мб.сп. 3. Платонов В. М., Сучасна система спортивного тренування: підручник. Київ: Перша друкарня, 2021, 672 с. 4. Воронецький В. Б., Єдинак Г. А. Організація і методика занять студентокпауерліфтингом: навч. посібник. Кам'янець-Подільський: Оіюм, 2017. 150 с. 5. Капко І.О., Базаєв С.Г., Олешко В.Г. Пауерліфтинг: навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл. Київ. 2013. 94 с. <p style="text-align: center;">Допоміжна</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 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. URL: https://tinyurl.com/vebm4byw (дата звернення: 11.08.2022). 2. Єрмолова В. М., Деревянко В. В., Захарчук І. Р., Сілкова В. О., Тимчик М. В., Навчальна програма. Фізична культура (профільний рівень). Затверджено Міністерством освіти і науки України. Наказ від 22 березня 2017 року № 451 URL: https://tinyurl.com/2p8aapf9 (дата звернення: 24.07.2022 р.). 3. Зданюк В. В., Прозар М. В. Академічна доброчесність очима здобувачів ОПП «Тренер з видів спорту». Наукові праці Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка : зб. за підсумками звітної наукової конференції викладачів, докторантів і аспірантів : вип. 20, у 3-х т. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2021. Т. 2. С. 119-121. URL: https://tinyurl.com/47zd2ya3 (дата звернення: 14.07.2022). 4. Круцевич Т. Ю. та інші. Навчальна програма з фізичної культури для 5-9 класів загальноосвітніх навчальних закладів. Затверджено Міністерством освіти і науки України. Наказ від 23 жовтня 2017 року № 1407 URL: https://tinyurl.com/24dd2tvv (дата звернення: 30.06.2023 р.). 5. Костюкевич В.М. Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту): навчальний посібник. Вінниця, Планер, 2014, 616 с. 6. Вправи з гантелями: Методичні рекомендації. –2-ге вид., доп. і перероб. –Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2010. – 64 с. 7. Гурман Л.Д. Атлетизм в школі / Гурман Л.Д., Гоншовський В.М.. Навчально-методичний посібник. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, редакційно-видавничий відділ, 2011. – 113 с. 8. Непша О.В., Суханова Г.П., Ушаков В.С. Атлетична гімнастика як засіб розвитку силової підготовки студентів-юнаків вищих навчальних закладів. Мелітопольський державний педагогічний університет. Стратегічне управління розвитком фізичної культури і спорту, Харків, 2018, URL: https://www.researchgate.net/publication/339291922_ATLETICNA_GIMNASTIKA_AK_ZASIB_RO_ZVITKU_SILOVOI_PIDGOTOVKI_STUDENTIV-UNAKIV_VISIH_NAVCALNIH_ZAKLADIV 9. Про затвердження рекомендацій щодо стратегічного розвитку фізичного виховання та спортивної підготовки учнівської молоді на період до 2025 року. Наказ Міністерства освіти і науки України від 15.02.2021. № 194. URL: https://tinyurl.com/4y8kfh2y (дата звернення: 02.08.2023 р.) 10. Вправи з гантелями: Методичні рекомендації. –2-ге вид., доп. і перероб. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2010. – 64 с. 11. Правила змагань з пауерліфтингу, 79 с., Постанова Кабінету Міністрів України від 02 липня 2014 року № 220 URL: https://ukrpowerlifting.com/wp-content/uploads/2020/11/Правила-пауерліфтинг-2020new.pdf 12. Корнієнко, С. Силова підготовка спортсменів-єдиноборців: деякі методичні аспекти проблеми. <i>Науковий вісник Ізмаїльського державного гуманітарного університету</i>, (56), 2021, С. 151-158. URL: http://visnyk.idgu.edu.ua/index.php/nv/article/view/498 13. Розторгуй М.С., Товстоног О.Ф., Мельник Т.Г., Шандригось В.І., Попович О.І., Оліярник В.І. Особливості формування мотивації до спортивної діяльності у пауерліфтерів високої кваліфікації. <i>Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова</i>, випуск 5 (150) 2022 URL: 	

	<p>https://spppc.com.ua/index.php/journal/article/view/788/774</p> <p>14. Стеценко А.І. Пауерліфтинг. Теорія та методика викладання: навч. посіб. для студентів вищих навчальних закладів. Черкаси: вид-во ЧНУ ім. Богдана Хмельницького, 2008. – 460 с.</p> <p>15. Капко І.О. Моделі тренувальної роботи найсильніших спортсменів світу різної статі, які спеціалізуються у пауерліфтингу. Зб. наук. праць за ред. Єрмакова С.С.-Х.: ХДАДМ (ХХПІ). 2005. №11. – С. 29-33</p> <p>16. Прозар М. В., Зубаль М. В., Райтаровська І. В., Мазур В. Й. Практична підготовка здобувачів вищої освіти спеціальності 017 Фізична культура і спорт ступенів вищої освіти «бакалавр» та «магістр». [для факульт. фіз. культури закладів вищої освіти]. Кам'янець-Подільський: Віта Друк, 2021. 168 с. (https://tinyurl.com/bdhdj99m).</p> <p>17. Савченко О. Я. Типова освітня програма (3-4 клас). Затверджено Міністерством освіти і науки України. Наказ від 08 жовтня 2019 року № 1273</p> <p>18. URL: https://tinyurl.com/29hzm8u2 (дата звернення: 26.08.2023 р.).</p> <p>19. Тимчик М. В., Алесейчук Є. Ю., Дервянко В. В., Єрмолова В. М., Сілкова В. О. Навчальна програма з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів 10-11 класи (рівень стандарту). Затверджено Міністерством освіти і науки України. Наказ від 22 березня 2017 року № 451</p> <p>20. URL: https://tinyurl.com/2p8aapf9 (дата звернення: 21.07.2023 р.).</p> <p>21. 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: 12.08.2023).</p>
Локація	<p>Згідно з розкладом https://kpnu.edu.ua/rozklad-zaniat/</p>