

		<b>Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка</b> <b>Факультет фізичної культури</b> <b>Кафедра спорту і спортивних ігор</b>			
		<b>Силабус обов'язкового освітнього компоненту професійної підготовки</b> <b>«Підвищення спортивної майстерності з боротьби самбо»</b>			
<b>Галузь знань:</b>		01 Освіта / Педагогіка			
<b>Спеціальність:</b>		017 Фізична культура і спорт 014 Середня освіта (Фізична культура)			
<b>Освітньо-професійна програма:</b>		Тренер з видів спорту Середня освіта (Фізична культура)			
<b>Рівень вищої освіти:</b>		перший (бакалаврський) другий (магістерський)			
<b>Статус дисципліни:</b>		обов'язковий освітній компонент професійної підготовки			
<b>Мова викладання:</b>		українська			
<b>Науково-педагогічний працівник:</b>		<b>ПІБ:</b>	Мазур Василь Йосипович		
		<b>Посада:</b>	викладач		
		<b>Вчений ступінь:</b>			
		<b>Телефон:</b>	097 357 60 57		
		<b>E-mail:</b>	<a href="mailto:mazur.vasyl@kpnu.edu.ua">mazur.vasyl@kpnu.edu.ua</a>		
		<b>Робоче місце:</b>	Кафедра спорту і спортивних ігор (аудиторія 222 Г)		
		<b>Профайл викладача:</b>	<a href="https://sportkaf.kpnu.edu.ua/mazur-vasyl-yosypovych/">https://sportkaf.kpnu.edu.ua/mazur-vasyl-yosypovych/</a>		
<b>Сторінка курсу в MOODLE</b>	<a href="https://moodle.kpnu.edu.ua/course/view.php?id=22203">https://moodle.kpnu.edu.ua/course/view.php?id=22203</a>				
<b>Консультації</b>	Мазур В. Й.	Понеділок – упродовж робочого дня Середа – упродовж робочого дня Четвер – упродовж робочого дня	Аудиторія 222 (А) (методичний кабінет кафедри спорту і спортивних ігор)		
<b>Анотація до курсу</b>	<p>Обов'язковий освітній компонент професійної підготовки Підвищення спортивної майстерності з боротьби самбо» 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"> <li>- фізична підготовка;</li> <li>- технічна підготовка;</li> <li>- тактична підготовка;</li> <li>- суддівська та змагальна підготовка.</li> </ul> <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>				
<b>Мета та цілі курсу</b>	<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), першого (бакалаврського) та другого (магістерського) рівнів, 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 діями у нападі та захисті, методикою навчання рухових дій, методикою проведення навчально-тренувальних занять, відповідним рівнем змагальної підготовки.</p>				
<b>Методи навчання</b>	<p>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.</p>				
<b>Формат курсу</b>	Стандартний курс (очний, заочний).				

**Результати навчання**

За результатами вивчення нормативної навчальної дисципліни професійної підготовки / обов'язкового освітнього компоненту професійної підготовки «Підвищення спортивної майстерності» у здобувачів вищої освіти мають сформуватися такі **програмі результати навчання**:

*1-й, 2-й, 3-й, 4-й курси перший (бакалаврський) рівень спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):*

- 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.

*1-й, 2-й, 3-й курси перший (бакалаврський) рівень спеціальність 017 Фізична культура і спорт:*

- 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 засвоєнні 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.

*1-й, 2-й курс другий (магістерський) рівень 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;

	<p>- 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;</p> <p>- 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;</p> <p>- 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;</p> <p>- 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;</p> <p>- ПРН 16 Обирає методи і засоби дослідження, що адекватні завданням із прогнозу досягнень дітей з фізичної культури у кожному визначеному завданні з фізичної культури;</p> <p>- 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> <p><i>1-й, 2-й курс другий (магістерський) рівень спеціальність 017 Фізична культура і спорт:</i></p> <p>- ПРН 01 аналізувати особливості, протиріччя та перспективи розвитку сучасної сфери фізичної культури і спорту, критично осмислювати проблеми у галузі та на межі галузей знань;</p> <p>- ПРН 02 приймати ефективні рішення щодо вирішення проблем у сфері фізичної культури та спорту, генерувати та порівнювати альтернативи, оцінювати ризики та ресурсні потреби;</p> <p>- ПРН 03 вільно обговорювати результати професійної діяльності, досліджень та інноваційних проєктів у сфері фізичної культури та спорту державною та іноземною мовами усно і письмово;</p> <p>- ПРН 05 розробляти і викладати спеціалізовані навчальні дисципліни у закладах вищої освіти;</p> <p>- ПРН 10 планувати тренувальний процес кваліфікованих спортсменів та реалізовувати його з використанням новітніх підходів, засобів та методів спортивного тренування.</p> <p><i>Завдання дисципліни:</i></p> <p>- сформувати у здобувачів вищої освіти спеціальностей 017 Фізична культура і спорт, 014 Середня освіта (Фізична культура) першого (бакалаврського) та другого (магістерського) рівнів інтегральні, загальні та спеціальні (фахові, предметні) компетентності, які визначені освітньо-професійними програмами «Тренер з видів спорту» та «Середня освіта (Фізична культура);</p> <p>- опанувати навчальний матеріалом освітнього компоненту на відповідному рівні.</p>
<p><b>Компетентності:</b></p>	<p>За результатами вивчення освітнього компоненту «Підвищення спортивної майстерності з боротьби самбо» у здобувачів вищої освіти мають сформуватися, інтегральні, загальні та спеціальні (фахові, предметні) компетентності.</p> <p>Інтегральні компетентності.</p> <p><i>1-й, 2-й, 3-й, 4-й курси перший (бакалаврський) рівень спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):</i></p> <p>- Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми в галузі середньої освіти, що передбачає застосування теорій та методів фізичного виховання, медико-біологічних, практичних та психолого-педагогічних основ фізичного виховання і характеризується комплексністю та невизначеністю педагогічних умов організації освітнього процесу в закладах загальної середньої освіти.</p> <p><i>1-й, 2-й, 3-й, 4-й курси перший (бакалаврський) рівень спеціальність 017 Фізична культура і спорт:</i></p> <p>- 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.</p> <p><i>1-й, 2-й курси другий (магістерський) рівень спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):</i></p> <p>Здатність розв'язувати проблеми і завдання інноваційного, дослідницького змісту, що стосуються фізичної культури в закладі загальної середньої освіти, передбачають проведення досліджень або (та) здійснення інновацій з урахуванням положень академічної доброчесності, відзначаються комплексним характером і невизначеністю умов вияву.</p> <p><i>1-й, 2-й курси другий (магістерський) рівень спеціальність 017 Фізична культура і спорт:</i></p> <p>Здатність розв'язувати задачі дослідницького та/або інноваційного характеру у сфері фізичної культури і спорту.</p>

*Загальні компетентності:*

*1-й, 2-й, 3-й, 4-й курси перший (бакалаврський) рівень спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):*

- 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).

*1-й, 2-й, 3-й, 4-й курси перший (бакалаврський) рівень спеціальність 017 Фізична культура і спорт:*

- ЗК 09 навички міжособистісної взаємодії;
- ЗК 10 здатність бути критичним і самокритичним;
- ЗК 12 здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

*1-й, 2-й курси другий (магістерський) рівень спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):*

- 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).

*1-й, 2-й курси другий (магістерський) рівень спеціальність 017 Фізична культура і спорт:*

- 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) спеціальності.*

*1-й, 2-й, 3-й, 4-й курси перший (бакалаврський) рівень 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, вольових 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, 3-й, 4-й курс перший (бакалаврський) рівень 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.

*1-й, 2-й курси другий (магістерський) рівень спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура):*

- 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 напрямом (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 другий (магістерський) рівень 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;

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- СК 04 здатність управляти робочими або навчальними процесами у сфері фізичної культури та спорту, які є складними, непередбачуваними та потребують нових стратегічних підходів;</li> <li>- СК 05 здатність розв'язувати проблеми у сфері фізичної культури та спорту у нових або незнайомих середовищах за наявності неповної або обмеженої інформації з урахуванням аспектів соціальної та етичної відповідальності;</li> <li>- СК 06 здатність до самоосвіти, самовдосконалення та саморефлексії для успішної професіоналізації у сфері фізичної культури і спорту;</li> <li>- СК 08 здатність впроваджувати у практичну діяльність результати наукових досліджень, спрямованих на вирішення прикладних завдань у сфері фізичної культури і спорту;</li> <li>- СК 10 здатність визначати основний фокус та зміст тренування з урахуванням виду спорту, завдань етапу річної та багаторічної підготовки, індивідуальних можливостей спортсменів;</li> <li>- СК 11 здатність керувати власним фізичним і психічним станом з метою підвищення результативності тренерської діяльності.</li> </ul>
<p><b>Пререквізити</b></p>	<p>Підвищення спортивної майстерності з боротьби самбо» передують наступні навчальні дисципліни:</p> <p>1-й курс перший (бакалаврський) рівень спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура): «Вступ до спеціальності», «Анатомія людини з основами спортивної морфології», «Історія фізичної культури»;</p> <p>1-й курс перший (бакалаврський) рівень спеціальність 017 Фізична культура і спорт: «Вступ до спеціальності», «Анатомія людини з основами спортивної морфології», «Історія фізичної культури»;</p> <p>2-й курс перший (бакалаврський) рівень 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»;</p> <p>2-й курс перший (бакалаврський) рівень 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 перший (бакалаврський) рівень 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»;</p> <p>4-й курс перший (бакалаврський) рівень 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»;</p> <p>4-й курс перший (бакалаврський) рівень спеціальність 017 Фізична культура і спорт: «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 другий (магістерський) рівень 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 другий (магістерський) рівень спеціальність 017 Фізична культура і спорт: «Спорт в освіті», «Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті».</p> <p>2-й курс другий (магістерський) рівень 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 другий (магістерський) рівень спеціальність 017 Фізична культура і спорт: «Виробнича практика в ДЮСШ в групах спеціалізованої підготовки», «Система підготовки спортсменів в олімпійському спорті».</p>
<p><b>Пореквізити</b></p>	<p>Набутті теоретичні знання практичні вміння та навички з освітнього компонента «Підвищення спортивної майстерності з боротьби самбо» опанування якими можуть бути використані під час вивчення таких навчальних дисциплін, як:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- зі спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) перший (бакалаврський) рівень: «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»;</li> <li>- зі спеціальності 017 Фізична культура і спорт перший (бакалаврський) рівень: «Теорія і методика спортивних ігор», «Теорія, види і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності», «Професійна майстерність тренера», «Курсова робота з підвищення спортивної майстерності»;</li> <li>- зі спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) другий (магістерський) рівень: «Методологічні основи викладання та інноваційні технології у фізичному вихованні», «Виробнича педагогічна практика в закладах освіти»;</li> <li>- зі спеціальності 017 Фізична культура і спорт другий (магістерський) рівень: «Виробнича практика в дитячій юнацькій спортивній школі в групах спеціалізованої підготовки», «Виробнича педагогічна асистентська практика».</li> </ul>

Обсяг і ознаки курсу	Найменування показників	Характеристика навчального курсу
	Рік навчання	1-й, 2-й, 3-й, 4-й перший (бакалаврський) рівень; 1-й, 2-й другий (магістерський) рівень.
	Семестр вивчення	1-й, 2-й, 3-й, 4-й, 5-й, 6-й, 7-й, 8-й перший (бакалаврський) рівень; 1-й, 2-й, 3-й другий (магістерський) рівень.
	Обов'язковий освітній компонент професійної підготовки	Обов'язковий освітній компонент професійної підготовки
	Кількість кредитів ЄКТС	<p>1-й курс перший (бакалаврський) рівень спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 7 кредитів;</p> <p>1-й курс перший (бакалаврський) рівень спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 5 кредитів;</p> <p>1-й курс перший (бакалаврський) рівень спеціальність 017 Фізична культура і спорт з терміном навчання 2 роки 10 місяців – 5 кредитів;</p> <p>2-й курс перший (бакалаврський) рівень спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 4 кредити;</p> <p>2-й курс перший (бакалаврський) рівень спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 5 кредитів;</p> <p>2-й курс перший (бакалаврський) рівень спеціальність 017 Фізична культура і спорт з терміном навчання 2 роки 10 місяців – 3 кредити;</p> <p>3-й курс перший (бакалаврський) рівень спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 4 кредити;</p> <p>3-й курс перший (бакалаврський) рівень спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 3 кредити;</p> <p>3-й курс перший (бакалаврський) рівень спеціальність 017 Фізична культура і спорт з терміном навчання 2 роки 10 місяців – 4 кредити;</p> <p>4-й курс перший (бакалаврський) рівень спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 2 кредити;</p> <p>4-й курс перший (бакалаврський) рівень спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 4 кредити;</p> <p>1-й курс другий (магістерський) рівень спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 4 кредити;</p> <p>2-й курс другий (магістерський) рівень спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 2 кредити;</p> <p>1-й курс другий (магістерський) рівень спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 4 кредити;</p> <p>2-й курс другий (магістерський) рівень спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 2 кредити.</p>
	Загальний обсяг годин	<p>1-й курс перший (бакалаврський) рівень спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 210 годин;</p> <p>1-й курс перший (бакалаврський) рівень спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 150 годин;</p> <p>1-й курс перший (бакалаврський) рівень спеціальність 017 Фізична культура і спорт з терміном навчання 2 роки 10 місяців – 150 годин;</p> <p>2-й курс перший (бакалаврський) рівень спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 120 годин;</p> <p>2-й курс перший (бакалаврський) рівень спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 150 годин;</p> <p>2-й курс перший (бакалаврський) рівень спеціальність 017 Фізична культура і спорт з терміном навчання 2 роки 10 місяців – 90 годин;</p> <p>3-й курс перший (бакалаврський) рівень спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 120 годин;</p> <p>3-й курс перший (бакалаврський) рівень спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 90 годин;</p> <p>3-й курс перший (бакалаврський) рівень спеціальність 017 Фізична культура і спорт з терміном навчання 2 роки 10 місяців – 120 годин;</p> <p>4-й курс перший (бакалаврський) рівень спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 60 годин;</p> <p>4-й курс перший (бакалаврський) рівень спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 120 годин;</p> <p>1-й курс другий (магістерський) рівень спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 120 годин;</p> <p>2-й курс другий (магістерський) рівень спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 60 годин;</p>





		<p>2-й курс перший (бакалаврський) рівень спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 40 годин;  2-й курс перший (бакалаврський) рівень спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 50 годин;  2-й курс перший (бакалаврський) рівень спеціальність 017 Фізична культура і спорт з терміном навчання 2 роки 10 місяців – 30 годин;  3-й курс перший (бакалаврський) рівень спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 40 годин;  3-й курс перший (бакалаврський) рівень спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 30 годин;  3-й курс перший (бакалаврський) рівень спеціальність 017 Фізична культура і спорт з терміном навчання 2 роки 10 місяців – 40 годин;  4-й курс перший (бакалаврський) рівень спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 20 годин;  4-й курс перший (бакалаврський) рівень спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 40 годин;  1-й курс другий (магістерський) рівень спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 80 годин;  2-й курс другий (магістерський) рівень спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 40 годин;  1-й курс другий (магістерський) рівень спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 80 годин;  2-й курс другий (магістерський) рівень 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:  перший (бакалаврський) рівень спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) та 017 Фізична культура і спорту.  1-й курс другий (магістерський) рівень спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 1 семестр залік;  1-й курс другий (магістерський) рівень спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 1 семестр залік;  2-й курс другий (магістерський) рівень спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 3 семестр залік;  2-й курс другий (магістерський) рівень спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 3 семестр залік;  2-й курс другий (магістерський) рівень спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) (1,10 місяців) – 4 семестр залік.</p>
<p><b>Технічне й програмне забезпечення /обладнання</b></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).</p> <p>Спортивний зал № 4, аудиторія 120 для проведення практичних занять, матеріально-технічне забезпечення для проведення практичних занять:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- спортивні мати (килим) для проведення занять з боротьби самбо;</li> <li>- спортивний інвентар (шведська драбина, канат, лапи, подушки, ракетки, тренувальні жилети, манекен борцівський, ф'єтбол м'яч, скакалки, обручі, резинова сила, колесо для преса, м'ячі волейбольні, м'ячі футбольні, м'ячі набивні вагою 2, 3 та 5 кг, кеглі, конуси пластмасові);</li> <li>- спортивна форма (куртка-самбовка, шорти сині та червоні, борцівки).</li> </ul>
<p><b>Політики курсу</b></p>		<p><i>Умови визначення успішного засвоєння освітнього компоненту «Підвищення спортивної майстерності з боротьби самбо»:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- кредити присвоюються здобувачам вищої освіти після завершення навчальної дисципліни та успішного оцінювання досягнутих ними результатів навчання;</li> <li>- 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;</li> <li>- 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;</li> <li>- здобувач вищої освіти, який не має академічної заборгованості за результатами поточного контролю з освітнього компонента, підсумкової формою контролю за яким встановлено</li> </ul>



	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	2	2	2	2	2																				
	<b>Разом</b>	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4																				
<b>Практичні заняття</b>																																				
	Змістовий модуль 1	24	24	20	6	6	24	6	20	20	6	6	6	6	6	6																				
	Змістовий модуль 2	34	34	18	12	12	34	12	18	18	12	12	12	12	12	12																				
	Змістовий модуль 3	38	12	24	12	38	24	24	24	36	24	36	12	-	12	-																				
	Змістовий модуль 4	40	6	14	6	40	14	14	14	22	14	22	6	-	6	-																				
	<b>Разом</b>	136	76	76	36	96	96	56	76	96	56	76	36	18	36	18																				
<b>Самостійна робота</b>																																				
	Змістовий модуль 1	12	12	10	5	5	12	5	10	10	5	5	12	12	12	12																				
	Змістовий модуль 2	18	18	10	5	5	18	5	10	10	5	5	28	28	28	28																				
	Змістовий модуль 3	28	5	10	5	28	10	10	10	19	10	19	28	-	28	-																				
	Змістовий модуль 4	12	5	10	5	12	10	10	10	11	10	11	12	-	12	-																				
	<b>Разом</b>	70	40	40	20	50	50	30	40	50	30	40	80	40	80	40																				
<b>Форми та методи оцінювання</b>	<p>2-й, 4-й, 6-й, 8-й семестри диференційований залік: перший (бакалаврський) рівень спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) та 017 Фізична культура і спорту.</p> <p>1-й курс другий (магістерський) рівень спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) – 1 семестр залік;</p> <p>1-й курс другий (магістерський) рівень спеціальності 017 Фізична культура і спорт – 1 семестр залік;</p> <p>2-й курс другий (магістерський) рівень спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) – 3 семестр залік;</p> <p>2-й курс другий (магістерський) рівень спеціальності 017 Фізична культура і спорт – 3 семестр залік.</p>																																			
<b>Критерії оцінювання</b>	<p>Максимальний бал оцінки поточної успішності здобувачів вищої освіти під час проведення практичних занять рівний 12.</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th colspan="4" style="text-align: center;">Поточний і модульний контроль (60 балів)</th> <th colspan="2" style="text-align: center;">Сума</th> </tr> <tr> <th style="width: 25%;">ЗМ 1</th> <th style="width: 25%;">ЗМ 2</th> <th style="width: 25%;">ЗМ 3</th> <th style="width: 25%;">ЗМ 4</th> <th colspan="2" rowspan="3" style="text-align: center; vertical-align: middle;">100 балів</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">Поточний контроль</td> <td style="text-align: center;">Поточний контроль</td> <td style="text-align: center;">Поточний контроль</td> <td style="text-align: center;">Поточний контроль</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">20 балів</td> <td style="text-align: center;">30 балів</td> <td style="text-align: center;">30 балів</td> <td style="text-align: center;">20 балів</td> </tr> </tbody> </table> <p style="text-align: center;"><b>Рейтингова система оцінювання навчальної діяльності здобувачів вищої освіти під час навчальних занять</b></p> <p>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 (<a href="http://surl.li/hwbc">http://surl.li/hwbc</a>).</p> <p>Примітка: здобувачу вищої освіти, який не виконав поточних домашніх завдань, не підготувався до практичних, семінарських, лабораторних занять, в журналі академічної групи ставиться 0 балів.</p> <p>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, непередбаченою або недостатньою підготовленістю до них за такою формулою:</p> $R = ((0,05 \times CO) + 0,4) \times ВБ$																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
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																																	

де R – рейтингова оцінка у балах за змістовий модуль;  
 СО – 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 «ПСМ з боротьби самбо» 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 «ПСМ з боротьби самбо» отримав – 17 балів.

**Шкала оцінювання навчальної діяльності здобувачів вищої освіти**

Об'єм пройденого матеріалу	Кількісний показник						Бали що нарах за 12 б.с.о.
	Перший (бакалаврський) рівень				Другий (магістерський) рівень		
	I	II	III	IV	I рік навчання	II рік навчання	
<b>Змістовий модуль 1 Фізична підготовка (ваговий бал 20)</b>							
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 фінісної лінії, оббігає півколо, бере кубик і повертається до лінії старту. Вимірюється в секундах.	10,6	10,4	10,2	10,0	10,0	10,0	12
	11,0	10,8	10,6	10,4	10,4	10,4	9
	11,5	11,3	11,1	10,9	10,9	10,9	6
2. Біг 3000 м. Проводиться на доріжці стадіону в спортивному взутті без шипів. Кількість учасників визначається умовами, що дозволяють їм не заважати одне одному. Після 10-15 хвилинної розминки відбувається старт. Вимірюється у хвиликах	10,50	10,30	10,25	10,20	10,20	10,20	12
	11,35	11,15	11,10	11,00	11,00	11,00	9
	12,10	11,50	11,40	11,30	11,30	11,30	6
3. Підтягування в стані вису на поперечині (кількість разів). Виконується з положення вис хватом зверху, руки на ширині плечей. Темп виконання, якщо при згинанні рук підборіддя перебуває над перекладиною. В разі допоміжних рухів спроба не зараховується. Вимірюється в кількості раз.	12	16	18	20	20	20	12
	10	14	16	18	18	18	9
	8	12	14	16	16	16	6
<b>Згинання та розгинання рук в упорі лежачи для дівчат.</b> Студентка приймає положення упору лежачи, руки прями на ширині плечей кистями вперед, тулуб і ноги утворюють пряму лінію, пальці стоп опираються на підлогу. За командою	23	25	27	29	29	29	12
	19	21	23	25	25	25	9
	16	18	20	22	22	22	6

викладача студентка розпочинає ритмічно з повною амплітудою згинати і розгинати руки. Вимірюється в кількості раз.							
4. Піднімання в сід за 1 хвилину. Виконується з положення лежачи, руки за головою, ноги зігнуті в колінах. Вимірюється в кількості раз.	23	25	27	29	29	29	12
	18	20	22	24	24	24	9
	17	15	17	19	19	19	6
5. 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 Абалакова. Вимірюється в сантиметрах.	35	40	45	50	50	50	12
	30	35	40	45	45	45	9
	25	30	35	40	40	40	6
6. Стрибок у гору з розбігу, з діставанням певної мітки на стіні. Вимірюється висота студента з піднятою вгору рукою. Розбіг виконувати, як при нападаючому ударі, під кутом до стіни. Віднімається від тієї мітки, що дістав студент, його зріст з піднятою рукою. Вимірюється в сантиметрах.	55	60	65	70	70	70	12
	50	55	60	65	65	65	9
	40	45	50	55	55	55	6
7. Стрибок у довжину з місця виконується поштовхом обох ніг від лінії або краю дошки на покриття, що виключає жорстке приземлення. Відстань стрибка вимірюється сталевією рулеткою. Вимірюється в сантиметрах.	200	210	220	230	230	230	12
	190	200	210	220	220	220	9
	175	185	195	205	205	205	6
8. Кидок набивного м'яча вагою 2 кг з-за голови двом руками. Виконується з положення сидячи, ноги нарізно, м'яч у простягнутих руках над головою. Перед кидком студент біля лінії старту займає положення, при якому тазовий кут, утворений розведенням ніг, не виходить за стартову лінію. Віддаль кидка вимірюється рулеткою. Вимірюється в метрах	4	5	6	8	8	8	12
	3	4	5	6	6	6	9
	2	3	4	5	5	5	6
9. Біг «ялинокою».	30	28	26	24	24	24	12
	34	32	30	28	28	28	9
	38	36	34	32	32	32	6
10. Проведення фрагментів навчально-тренувальних занять з боротьби самбо. Проведення підготовчої частини 4-х навчально-тренувальних занять – 2 курс перший (бакалаврський) рівень. Розвиток фізичних якостей засобами боротьби (3-4 курси перший (бакалаврський) рівень – 4 заняття, 1-2 курси другий (магістерський) рівень – 2 заняття.							4-12
<b>Змістовий модуль 2 Технічна підготовка (ваговий бал 30)</b>							
1. Випробування на виконання техніки переводів (нирком під руку та захватом двома руками однієї – за 10 сек). Основні вимоги: при якісному технічному виконанні запропонованих способів - виконання в ліву та праву сторони з отримкою оцінки. Робоча зона – площа килиму 9х9 м.	6	8	10	12	12	12	10-12
	4	6	8	10	10	10	7-9
	2	4	6	8	8	8	4-6
2. Випробування на виконання кидків зі спини захватом руки та	18	20	22	24	24	24	10-12
	16	18	20	22	22	22	7-9

поясниці. (Кількісні результати). Виконуються кидки в праву, ліву сторони упродовж 30 сек. - або кидки захватом руки та шиї; - або кидки захватом двох рук.	14	16	18	20	20	20	4-6
3. Перевірка та точність виконання атакуючих дій при виконанні проходів в ноги за 30 сек. Вимоги цих випробувань полягають в тому, щоб якісно в технічному відношенні, виконуючи той чи інший спосіб атакуючих дій, студенти могли виконувати проходи в ноги різними способами із досягненням оцінки. Площа виконання – тільки робоча зона.	14	16	18	20	20	20	10-12
	12	14	16	18	18	18	7-9
	10	12	14	16	16	16	4-6
4. Випробовування «захистні дії від проходів в ноги при виконанні контратакуючих дій для отримання оцінки (кількість балів) за 30 сек». Студент перебуває в робочій зоні килиму виконує захисні контратакуючі дії від проходів в ноги. Виконання здійснюється упродовж 30 сек якісно та з отриманням оцінки (кількість балів).	14	16	18	20	20	20	10-12
	12	14	16	18	18	18	7-9
	10	12	14	16	16	16	4-6
5. Випробування та точність та правильність виконання кидка прогином захватом руки та тулуба упродовж 30 сек. Мета перевірки – встановити рівень володіння навичками кидка прогином. – кидки манекена або партнера виконуються в центрі робочої зони.	10	12	14	16	16	16	10-12
	8	10	12	14	14	14	7-9
	6	8	10	12	12	12	4-6
6. Перевірка атакуючих дій в партері (перевороты накатом або полунакатом в праву, ліву сторони). Упродовж 20 сек студент виконує перевороты в дві сторони в робочій зоні з оцінкою балів.	8	10	12	14	14	14	10-12
	6	8	10	12	12	12	7-9
	4	6	8	10	10	10	4-6
7. Проведення фрагментів навчально-тренувальних занять з боротьби самбо. Проведення підготовчої частини 4-х навчально-тренувальних занять – 2 курс перший (бакалаврський) рівень. Вивчення та вдосконалення техніки рухових дій (3-4 курси перший (бакалаврський) рівень – 4 заняття, 1-2 курси другий (магістерський) рівень – 2 заняття.							4-12
<b>Змістовий модуль 3. Тактична підготовка (ваговий бал 30)</b>							
1. Перевірка захисних дій від кидків задньою та передньою підніжкою (декілька комбінацій контратаки). Студенти групи СПВ повинні під час кидків задньою та передньою підніжкою виконати контратакуючі дії (кидок за вибором).	8	10	12	14	14	14	10-12
	6	8	10	12	12	12	7-9
	4	6	8	10	10	10	4-6
2. Захисні дії від кидків зі спини, через плечі, захватом руки на плече. Виконання захисних дій від заданих прийомів в комбінації (імпровізація різних кидків в навчальному поєдинку). Студенти виконують декілька кидків від одного прийому на час та в навчальному поєдинку.	8	10	12	14	14	14	10-12
	6	8	10	12	12	12	7-9
	4	6	8	10	10	10	4-6
<b>3. Перехід від тактичних дій в нападі до тактичних дій в захисті</b>							
3.1 Захисні дії зацепом із середини. Студент, виконавши	8	10	12	14	14	14	10-12
	6	8	10	12	12	12	7-9

	відхід назад атакує зацепом із середини ліву чи праву ногу.	4	6	8	10	10	10	4-6
	3.2 Захисні дії від кидка прогином із зашагуванням. При виконанні кидка виконується зашагування з послідовним кидком прогином. Імпровізація кидка в русі, з місця та під час навчального поєдинку.	8	10	12	14	14	14	10-12
		6	8	10	12	12	12	7-9
		4	6	8	10	10	10	4-6
	4. Блокування нападаючих дій: - при проходах в ноги; - при швунгах; - при спробі зайти за спину.	8	10	12	14	14	14	10-12
		6	8	10	12	12	12	7-9
		4	6	8	10	10	10	4-6
	<b>7. Проведення фрагментів навчально-тренувальних занять з боротьби самбо.</b> Проведення підготовчої частини 4-х навчально-тренувальних занять – 2 курс перший (бакалаврський) рівень. Вивчення та вдосконалення тактики нападу та тактики захисту (3-4 курси перший (бакалаврський) рівень – 4 заняття, 1-2 курси другий (магістерський) рівень – 2 заняття.							4-12
	<b>Змістовий модуль 4 Суддівська і змагальна підготовка (ваговий бал 20)</b>							
	1. Загальні положення правил боротьби.							4-12
	2. Виконання обов'язків бокових суддів.							4-12
	3. Виконання обов'язків судді на килимі.							4-12
	4. Виконання обов'язків судді - секретаря.							4-12
	5. Виконання обов'язків головного судді за столиком під час поєдинку.							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, таблиця результатів поєдинків, календар змагань).							4-12
	7. Відсудити 30 зустрічей під час змагань між студентами групи СПВ.							4-12
	8. Прийняти участь в організації та проведенні товариських зустрічей (30 упродовж навчального року).							4-12
	9. Приймати участь в організації та проведенні змагань на першість міста, області (10-16 упродовж навчального року).							4-12
<b>Інформаційне та навчально-методичне забезпечення</b>	<b>Рекомендована література:</b>							
	<p style="text-align: center;"><b>Основна</b></p> <p>1. Абдуллаєв А. К., Ребар І. В. Теорія і методика викладання вільної боротьби: навчально-методичний посібник. Вид. 2-е, пероб. Мелітополь: ФОП Однорог Т. В., 2018. 299 с. (<a href="https://tinyurl.com/3xjw6tuu">https://tinyurl.com/3xjw6tuu</a>). (дата звернення: 14.08.2024).</p> <p>2. Лапицький В. О., Гончаренко В. І., Чхайло М. Б. Навчально-методичний посібник з тренерської практики. Суми: Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2015. 124 с. (<a href="https://tinyurl.com/2p8tceuf6">https://tinyurl.com/2p8tceuf6</a>). (дата звернення: 14.08.2024).</p> <p>3. Мазур В. Й., Гуска М. Б. Спортивна боротьба. Методичні рекомендації до виконання практичних і самостійних занять з дисципліни “Спортивна боротьба з методикою викладання” (для студентів факультету фізичної культури). Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2015. 148 с. (<a href="https://tinyurl.com/2b9amjnk">https://tinyurl.com/2b9amjnk</a>). (дата звернення: 15.08.2024).</p> <p>4. 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": [навч. посіб.]. Кам'янець-Подільський : Віт'А Друк, 2021. 168 с. (<a href="https://tinyurl.com/bdhdj99m">https://tinyurl.com/bdhdj99m</a>). (дата звернення: 16.08.2024).</p> <p>5. Шандригось В. І. Рухливі ігри з елементами єдиноборств: Навчально-методичний посібник / 2-ге вид. доповнене і перероблене. Тернопіль: Вектор, 2013. 60 с. (<a href="https://tinyurl.com/2p8pkxj4">https://tinyurl.com/2p8pkxj4</a>). (дата звернення: 14.08.2024).</p> <p style="text-align: center;"><b>Допоміжна</b></p> <p>1. Арзютов Г. М., Гуска М. Б., Даіаурі В. М. Правила змагань з боротьби на поясах. Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2013. 36 с. (дата звернення: 14.08.2024). (<a href="https://tinyurl.com/yc476mtz">https://tinyurl.com/yc476mtz</a>).</p> <p>2. Арзютов Г. М., Гуска М. Б., Даіаурі В. М. та ін. Боротьба на поясах “Алиш”. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл. Республіканський науково-методичний кабінет, Міністерство України у справах сім'ї, молоді та спорту, Федерація України з боротьби на поясах: Київ: 2009. 84 с. (<a href="https://tinyurl.com/43k42sm6">https://tinyurl.com/43k42sm6</a>). (дата звернення: 14.08.2024).</p> <p>3. Алексєєв А. Ф. Правила змагань з дзюдо. Харків, 2019. 56 с. (<a href="https://tinyurl.com/5amdexdr">https://tinyurl.com/5amdexdr</a>). (дата звернення: 13.08.2024).</p> <p>4. Боротьба вільна: чоловіки, жінки. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю / В. І. Шандригось, В. В. Яременко,</p>							



М. В. Латишев, Р. В. Первачук, В. Ю. Чікало. Київ: АСБУ, 2019. 104 с. (<https://tinyurl.com/muht4ewk>). (дата звернення: 15.08.2024).

5. Бабич Н. Л., Полякова О. О., Березяк К. М., Мазур В. Й., Шевченко Т. Г. Програма фізичної терапії юнаків, які спеціалізуються у спортивних видах боротьби після лікування коронавірусної хвороби. Науковий часопис національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наукових праць / За ред. О. В. Тимошенка. Київ : Видавництво НПУ імені М. П. Драгоманова, 2022. Випуск 4 (149) 22. С. 26-35. (<https://tinyurl.com/bdh9uxaw>). (дата звернення: 14.08.2024).

6. Гуска М. Б., Гуска М. В., Мазур В.Й. Колове тренування як засіб розвитку сили у шкільній секції з боротьби. Формування здорового способу життя студентської та учнівської молоді засобами освіти: збірник наукових праць [редкол.: І.І. Стасюк (відп. ред.) та ін.]. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2019. Вип. 9. С. 26-30. (<https://tinyurl.com/23f8wc5c>). (дата звернення: 13.08.2024).

7. Гуска М. Б., Мазур В. Й., Шишкін О. П. Досягнення студентів, випускників і викладачів Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка зі спортивної боротьби за роки Незалежності України: іст. нарис, присвяч. 70-річчю ф-ту фіз. к-ри Кам'янець-Поділ. нац. ун-ту ім. І. Огієнка. Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2020. 200 с. (дата звернення: 14.08.2024). (<https://tinyurl.com/yvjs5fpc>).

8. Євтушенко Є. Г., Білобров В. М., Делямба М. М., Мазур В. Й., Мердов С. П., Сирмаміїх В. В. Моніторинг арсеналу рідкісних прийомів боротьби самбо. Науковий часопис національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наукових праць / За ред. О. В. Тимошенка. Київ : Видавництво НПУ імені Михайла Драгоманова, 2023. Випуск 2 (160) 23. с. 170. С. 105-110. (<http://surl.li/iidbk>). (дата звернення: 16.08.2024).

9. Мазур В. Й. Методика навчання техніко-тактичним діям юних борців у групах базової підготовки ДЮСШ. Наукові праці Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка : збірник за підсумками звітної наукової конференції викладачів, докторантів і аспірантів у 3-х томах. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2019. Вип. 18. Т. 2. С. 99-101. (<https://tinyurl.com/3dz2b5r9>). (дата звернення: 13.08.2024).

10. Мазур В. Й., Петров А. О. Методичні особливості розвитку рухових здібностей юних борців ДЮСШ в тренувальному процесі. Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини [редкол.: І.І. Стасюк (відп. ред.) та ін.]. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2018. Випуск 11. 424 с. С. 224-233. (дата звернення: 14.08.2024). (<https://tinyurl.com/2p8bm74k>).

11. Мазур В. Й. Методика навчання техніко-тактичним діям юних борців у групах базової підготовки ДЮСШ. Наукові праці Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка : збірник за підсумками звітної наукової конференції викладачів, докторантів і аспірантів у 3-х томах. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2019. Вип. 18. Т. 2. С. 99-101. (<https://tinyurl.com/3dz2b5r9>). (дата звернення: 16.08.2024).

12. Мазур В. Й., Гуска М. Б. Особливості психологічної підготовки борців групи спортивно-педагогічного вдосконалення К-ПНУ імені Івана Огієнка. Формування здорового способу життя студентської та учнівської молоді засобами освіти: збірник наукових праць [редкол.: І.І. Стасюк (відп. ред.) та ін.]. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2019. Вип. 9. С. 75-81. (<https://tinyurl.com/23f8wc5c>). (дата звернення: 12.08.2024).

13. Мазур В. Й., Гуска М. Б. Динаміка показників спеціальної витривалості спортсменів-борців. Наукові праці Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка: збірник за підсумками звітної наукової конференції викладачів, докторантів і аспірантів у 3-х томах. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2020. Вип. 19. Т. 2. С. 107-108. (<https://tinyurl.com/mr2n8b2u>). (дата звернення: 12.08.2024).

14. Мазур В., Кучер В., Петров А., Скавронський О., Чистякова М., Марчук В., Марчук Д, Макачук Б. Вдосконалення рухових якостей спортсменів, які спеціалізуються у дзюдо, на етапі попередньої базової підготовки. Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини. Кам'янець-Подільський, 2021. Вип. 19. С. 31-35. (<https://tinyurl.com/yc3upk56>). (дата звернення: 13.08.2024).

15. Мазур В. Й., Гуска М. Б., Білянський Д. Ю, Панчук М. Р. Особливості психологічної підготовки юних борців дитячо-юнацьких спортивних шкіл до змагальної діяльності. Формування здорового способу життя студентської та учнівської молоді засобами освіти: збірник наукових праць. [Електронний ресурс] / [редкол.: І. І. Стасюк (відп. ред.) та ін.]. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2023. Випуск 12. С. 48-60. (<http://surl.li/joswo>). (дата звернення: 12.08.2024).

16. Матвеев С. Ф. та інші. Самбо. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності. Київ. 2001. 99 с. (дата звернення: 16.08.2024). (<https://tinyurl.com/utvpeda8>).

17. Поляков І.О., Гуска М.Б., Мазур В.Й., Романенко О.І., Мичковська Л.І. Сутність та структура формування готовності тренерів з одноклассів до побудови раціональних тактичних схем. Науковий часопис національного педагогічного університету імені м. П. Драгоманова. Серія 5. Педагогічні науки: реалії та перспективи. Збірник наукових праць / М-во освіти і науки України, Нац. пед. ун-т



	імені М. П. Драгоманова. Випуск 87. Київ : Видавничий дім «Гельветика», 2022. 144 с. С. 77-82. <a href="http://chasopys.ps.npu.kiev.ua/nc-87">http://chasopys.ps.npu.kiev.ua/nc-87</a> . (дата звернення: 15.08.2024).
<b>Локація</b>	Згідно з розкладом <a href="https://kpnu.edu.ua/rozklad-zaniat/">https://kpnu.edu.ua/rozklad-zaniat/</a>