



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



Силабус обов'язкового освітнього компонента професійної підготовки
«Спортивно-педагогічне вдосконалення / Підвищення спортивної майстерності
з важкої атлетики»

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		
	ПІБ:	Петров Андрій Олександрович	
	Посада:	Викладач кафедри спорту і спортивних ігор	
	Вчений ступінь:	кандидат педагогічних наук	
	Телефон:	097 3992181	
	E-mail:	petrov.andriy@kpnu.edu.ua	
	Робоче місце:	Кафедра спорту і спортивних ігор	
	Профайл викладача:	https://tinyurl.com/2p8e9frv	
Сторінка курсу в MOODLE	https://moodle.kpnu.edu.ua/course/view.php?id=2007		
Консультації	Петров А. О.	Понеділок – упродовж дня Четвер – 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 важкої атлетики» 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 діями у змагальній діяльності, методикою навчання рухових дій, методикою проведення навчально-тренувальних занять, відповідним рівнем змагальної підготовки.</p>		
Методи навчання	<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>		
Формат курсу	Стандартний курс (очний, заочний).		
Результати	За результатами вивчення нормативної навчальної дисципліни професійної підготовки /		

навчання

обов'язкового освітнього компоненту професійної підготовки «Спортивно-педагогічне вдосконалення / Підвищення спортивної майстерності з важкої атлетики» у здобувачів вищої освіти мають сформуватися такі **програми результати навчання:**

1-й, 2-й, 3-й курси СВО «бакалавр» 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 СВО «бакалавр» 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.

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

- 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 уміннями і навичками в обраному виді спорту на рівні кваліфікованого спортсмена;
- ПРН 21 здатний складати планувальну і звітну документацію, організувати 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 набуту 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 поцінювання 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;
- 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.

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

- ПРН 01 аналізувати особливості, протиріччя та перспективи розвитку сучасної сфери фізичної культури і спорту, критично осмислювати проблеми у галузі та на межі галузей знань;

	<ul style="list-style-type: none"> - 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"> - сформуувати 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. <p><i>Спеціальні (фахові, предметні) 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"> - 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 кожен 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 таборів.

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 незнайомих 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.

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

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:

- 1229.6 – Керівники підрозділів у сфері культури, відпочинку та спорту;
- 1143.4 – Виконавчий директор федерації виду спорту;
- 22831 – Інструктор з фізичної культури;
- 22856 – Інструктор навчально-тренувального пункту;
- 22769 – Інструктор-методист спортивної школи;

	<p>3475 – Інструктор-методист тренажерного комплексу (залу); 3475 – Тренер з виду спорту (федерації, збірної чи клубної команди, спортивної школи та ін.); 3475 – Тренер-викладач з виду спорту (спортивної школи, секції та ін.); 23478 – Методист з фізичної культури; 1143.4 – Державний тренер з виду спорту (збірної); 2310.2 – Викладач закладу вищої освіти.</p>	
Пререквізити	<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 методика 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>	
Пореквізити	<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> <ul style="list-style-type: none"> - 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»; - 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»; - зі спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) СВО «магістр»: «Методологічні основи викладання та інноваційні технології у фізичному вихованні», «Виробнича педагогічна практика в закладах освіти»; - 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	<p>1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 6 кредитів;</p> <p>1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 5 кредитів;</p> <p>1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт з терміном навчання 2 роки 10 місяців – 5 кредитів;</p> <p>2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 4 кредити;</p> <p>2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 5 кредитів;</p> <p>2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт з терміном навчання 2 роки 10 місяців – 3 кредити;</p> <p>3-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 4 кредити;</p> <p>3-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 3 кредити;</p> <p>4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 4 кредити;</p> <p>4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 4 кредити;</p> <p>1-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 4 кредити;</p> <p>2-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 2 кредити;</p> <p>1-й курс СВО «магістр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 4 кредити;</p> <p>2-й курс СВО «магістр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 2 кредити;</p>
Загальний обсяг годин	<p>1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 120 годин;</p> <p>1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 120 годин;</p> <p>1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт з терміном навчання 2 роки 10 місяців – 120 годин;</p> <p>2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 120 годин;</p> <p>2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 150 годин;</p> <p>2-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт з терміном навчання 2 роки 10 місяців – 90 годин;</p> <p>3-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 120 годин;</p> <p>3-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 90 годин;</p> <p>4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 120 годин;</p> <p>4-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 120 годин;</p> <p>1-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 40 годин;</p> <p>2-й курс СВО «магістр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 60 годин;</p> <p>1-й курс СВО «магістр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 40 годин;</p> <p>2-й курс СВО «магістр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 60 годин.</p>
Лекційні заняття	<p>1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 014 Середня освіта (Фізична культура) – 4 години;</p> <p>1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт – 4 години;</p> <p>1-й курс СВО «бакалавр» спеціальність 017 Фізична культура і спорт з</p>

		<p>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).</p> <p>Спортивний зал № 1 для проведення практичних занять, матеріально-технічне забезпечення для проведення практичних занять:</p> <ul style="list-style-type: none"> - стійки для присідань; - 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 важкої атлетики»:</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/диференційований залік, отримує підсумкову рейтингову оцінку, яка визначається як сума рейтингової оцінки за навчальні заняття та рейтингових оцінок контрольних заходів поточного контролю з цього освітнього компоненту; - здобувач вищої освіти, який має академічну заборгованість за результатами поточного контролю з освітнього компоненту, підсумковою формою контролю за яким встановлено залік/диференційований залік отримує оцінку F за шкалою ЄКТС та «не зараховано»/«незадовільно» за національною шкалою; - здобувач вищої освіти, який має академічну заборгованість за результатами підсумкового контролю з освітнього компоненту у формі заліку/диференційованого заліку зобов'язаний ліквідувати її в терміни, визначені графіком ліквідації академічної заборгованості; - ліквідацію академічної заборгованості за результатами семестрового контролю дозволяють до початку наступного семестру в час, визначений графіком ліквідації академічної заборгованості, та допускають не більше двох разів: перший раз – викладачеві, другий – комісії яку створюють за розпорядженням декана факультету; - відповідь здобувача вищої освіти, який ліквідує академічну заборгованість на засіданні комісії, оцінюють за 100-бальною шкалою без урахування рейтингової оцінки поточної успішності; 	

- за неуспішного проходження оцінювання результатів навчання за освітнім компонентом кредити здобувачі вищої освіти не присвоюють. (<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, складати (перескладати) екзамен, 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, І розряд.

Схема курсу

Денна форма здобуття вищої освіти														
Назви тем лекційних занять та змістових модулів	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 модуль 1	24	20	20	18	18	10	18	10	6	6	6	6	24	24
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:														
	$R = ((0,05 \times CO) + 0,4) \times VB$														
	де R – рейтингова оцінка у балах за змістовий модуль;														
	CO – середнє арифметичне усіх отриманих оцінок за результатами поточного контролю;														
	VB – 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 важкої атлетики» отримав – 17 балів.														
	Шкала оцінювання навчальної діяльності здобувачів вищої освіти														
	Об'єм пройденого матеріалу		Кількісний показник								Бали що нарах за 12 б.с.о.				
СВО «бакалавр»				СВО «магістр»											
I			II	III	IV	I рік навчання	II рік навчання								
Змістовий модуль 1 Фізична підготовка (ваговий бал 20)															

1. Човниковий біг 4х9м. 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 Абалакова. 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 виключає жорстке приземлення. Відстань стрибка вимірюється сталеву рулеткою. Вимірюється в сантиметрах.	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 ж 180	ч 48 ж 185	ч 49 ж 188	ч 50 ж 192	ч 52 ж 196	ч 241 ж 196	9
	ч 205 ж 167	ч 210 ж 171	ч 215 ж 175	ч 220 ж 180	ч 224 ж 184	ч 224 ж 184	6
8. Стрибок на платформу. Виконання вертикального стрибка з місця на платформу різної висоти з урахуванням	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	ч 90	ч 95	ч 100	ч 105	ч 105	6

індивідуальних особливостей спортсменів Висота платформи вимірюється в сантиметрах.	ж 80	ж 85	ж 90	ж 95	ж 100	ж 100	
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 важкої атлетики – ривок штанги. Основна вимога – на високому технічному рівні виконати ривок штанги у відповідності до правил змагань WWF. 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 більше	5 і більше	5 і більше	4 і більше	4 і більше	4 і більше	4-6
2. Випробування на точність техніки виконання змагальної вправи важкої атлетики – поштовх штанги. Основна вимога – на високому технічному рівні виконати поштовх штанги у відповідності до правил змагань WWF. 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 більше	5 і більше	5 і більше	4 і більше	4 і більше	4 і більше	4-6
3. Випробування на точність техніки виконання допоміжних вправ важкої атлетики. Основна вимога – на високому технічному рівні виконати: - Тяга штанги ривковим хватом; - Підйом штанги на груди широким хватом; - Випади зі штангою; - Підрив штанги. 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 більше	5 і більше	5 і більше	4 і більше	4 і більше	4 і більше	4-6
4. Випробування на точність техніки виконання допоміжних вправ важкої атлетики. Основна вимога – на високому технічному рівні виконати: - Фронтальні присідання; - Гак-присідання; - Присідання у ножиці; - Присідання з зупинкою в повільному темпі; - Присідання з штангою над головою. 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 більше	5 і більше	5 і більше	4 і більше	4 і більше	4 і більше	4-6

5. Випробування на точність техніки виконання допоміжних вправ важкої атлетики. Основна вимога – на високому технічному рівні виконати: - Жим лежачи середнім хватом; - Жим штанги стоячи; - Жим штанги з-за голови; - Підйом штанги на груди; - Швунг жимовий. При оцінюванні враховується кількість технічних помилок.	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	
6. Випробування на точність техніки виконання допоміжних вправ важкої атлетики. Основна вимога – на високому технічному рівні виконати: - Тяга штанги класична; - Ривок штанги з вису; - Тяга штанги в нахилі; - Тяга штанги з підривом; - Поштовхова тяга на підвищенні; При оцінюванні враховується кількість технічних помилок.	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	
7. Проведення фрагментів навчально-тренувальних занять з важкої атлетики. 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.								4-12
Змістовий модуль 3 Тактична підготовка (гігієнічні вимоги, анти-допінгова діяльність, екіпіровка та тактичний супровід в пауерліфтингу) (ваговий бал 30)								
1. Перевірка умінь планувати початкові спроби під час ведення змагальної діяльності. Студенти працюють в парах (тренер – спортсмен). Завдання «тренера» правильно вибудувати алгоритм тактичних дій задля перемоги в змодельованій змагальній ситуації. При оцінюванні враховується кількість тактичних помилок.	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	
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 тактичних помилок.	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	
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 тактичних помилок.	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	
4. Тактика ведення змагальної боротьби при більшій власній вазі та	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>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.).</p> <p>7. Стасюк В. Аналіз морфофункціональних показників кваліфікованих футболістів групи підвищеної спортивної майстерності. Фізична культура, спорт та здоров'я нації: зб. наук. пр. Вінниця: ТОВ «Ландо ЛТД», 2013. №16. С. 168 – 174. http://surl.li/ttetfy (дата звернення: 17.08.2024).</p> <p>8. Стасюк В. Розвиток та досягнення студентського футболу в Україні на сучасному етапі. Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2013. №. С. 213-218. http://surl.li/jxifuy (дата звернення: 17.08.2024).</p> <p>9. Стасюк В. Показники підготовленості кваліфікованих гравців студентських футбольних команд. Фізична культура, спорт та здоров'я нації: зб. наук. пр. Вінниця: ТОВ «Планер», 2015. №19 (т. 2). С. 381-387. http://surl.li/rwxfsf (дата звернення: 17.08.2024).</p> <p>10. Стасюк В. Порівняльний аналіз показників змагальної діяльності футболістів різної кваліфікації. Фізична культура, спорт та здоров'я нації: зб. наук. пр. Житомир: ФОП Євенок О.О., 2016. №2. С. 207-211. http://surl.li/jwbfly (дата звернення: 17.08.2024).</p> <p>11. Стасюк В. Аналіз структури та змісту тренувального процесу кваліфікованих футболістів в змагальному етапі першого циклу річної підготовки. Фізична культура, спорт та здоров'я нації: зб. наук. пр. Житомир: ФОП Євенок О.О., 2017. №3 (22). С.427-433. Фахове видання України. http://surl.li/vzpdig (дата звернення: 17.08.2024).</p> <p>12. Стасюк В. Структура і зміст тренувального процесу студентських футбольних команд протягом річного макроциклу. Актуальні проблеми фізичного виховання та методики спортивного тренування: науково-методичний журнал. Вінниця: ТОВ «Планер», 2017. №1. С. 65-71. http://surl.li/hilqpf (дата звернення: 17.08.2024).</p> <p>13. Стасюк В. Перспективи використання програмування в тренувальному процесі кваліфікованих футболістів. Актуальні проблеми фізичного виховання та методики спортивного тренування: науково-методичний журнал. Вінниця: ТОВ «Планер», 2017. №2. С. 51-55. http://surl.li/oxykjb (дата звернення: 17.08.2024).</p> <p>14. Стасюк В. Побудова тренувального процесу кваліфікованих футболістів у підготовчому етапі другого циклу річної підготовки. Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2017. №10. С. 485-492. http://surl.li/tsheri (дата звернення: 17.08.2024).</p>
Локація	<p>Згідно з розкладом https://kpnu.edu.ua/rozklad-zaniat/</p>