

		Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка Факультет фізичної культури Кафедра спорту і спортивних ігор		
		Силабус обов'язкового освітнього компоненту професійної підготовки «Теорія і методика спортивного тренування»		
Галузь знань:		01 Освіта		
Спеціальність:		017 Фізична культура і спорт		
Освітньо-професійна програма:		Тренер з видів спорту		
Рівень вищої освіти:		Перший (бакалаврський)		
Статус дисципліни:		обов'язковий освітній компонент професійної підготовки		
Мова викладання:		Українська		
Науково-педагогічний працівник:		ПІБ:	Прозар Микола Володимирович	
		Посада:	Завідувач кафедри спорту і спортивних ігор, доцент	
		Науковий ступінь:	Кандидат наук з фізичного виховання та спорту	
		Телефон:	096 78 27 785	
		E-mail:	prozar_nikolas@kpnu.edu.ua	
		Робоче місце:	Кафедра спорту і спортивних ігор (аудиторія 222 Б)	
		Профайл викладача:	https://tinyurl.com/yvah8z5r	
		ПІБ:	Петрова Юлія Миколаївна	
		Посада:	Викладач кафедри спорту і спортивних ігор	
		Науковий ступінь:	-	
		Телефон:	097 789 91 41	
		E-mail:	ypetrova@kpnu.edu.ua	
		Робоче місце:	Кафедра спорту і спортивних ігор (аудиторія 222 Б)	
		Профайл викладача:	http://surl.li/suzqvh	
Сторінка курсу в MOODLE	https://moodle.kpnu.edu.ua/course/view.php?id=7878			
Консультації	Прозар М. В.	Понеділок – 15.00.-16-20; Четвер – 15.00.-16-20.	Аудиторія 222 (А) (методичний кабінет кафедри спорту і спортивних ігор)	
	Петрова Ю. М.	Вівторок – 15.00-16.20 Четвер – 15.00-16.20	Аудиторія 222 (А) (методичний кабінет кафедри спорту і спортивних ігор)	
Анотація до курсу	Обов'язковий освітній компонент професійної підготовки «Теорія і методика спортивного тренування» в освітньо- професійній програмі «Тренер з видів спорту» є обов'язковим освітнім компонентом для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня спеціальності 017 Фізична культура і спорт. Дисципліна складається з 9 кредитів (270 годин) розподілених на 2 семестри, з підсумковим контролем – залік та екзамен. Змістовий модуль 1. Основні поняття та загальна характеристика системи підготовки спортсменів складається з 21-ої теми з яких 7 лекцій, 6 практичних та 8 семінарських занять. Лекційні заняття: «Основні положення сучасної системи спортивного тренування», «Особливості розвитку фізичних якостей», «Тренувальні та змагальні навантаження спортсменів», «Адаптація до тренувальних навантажень», «Побудова тренувального процесу спортсменів у річному циклі тренувань», «Управління тренувальною та змагальною діяльністю спортсмена», «Розминка і побудова її програм». Практичні заняття: «Загальна характеристика організації системи підготовки спортсменів»,			

	«Особливості змагальної діяльності у видах спорту», «Особливості розвитку фізичних якостей у видах спорту», «Удосконалення спортивної техніки», «Особливості спортивної роботи у спортивно-оздоровчому таборі», «Тренувальні та змагальні навантаження спортсменів». Семинарські заняття: «Адаптація до тренувальних навантажень», «Особливості тренувальних занять», «Особливості побудови тренувального процесу з врахуванням циклів», «Методика спортивного тренування», «Особливості побудови програм мікроциклів», «Особливості побудови програм мезо та макроциклів», «Фізична підготовка спортсменів», «Характеристика основних фізичних якостей». Змістовий модуль 2 «Загальні основи навчання і тренування юних спортсменів» складається з 25-ти тем з яких 9 лекції та 10 практичних занять і 6 семінарських. Лекційні заняття: «Засоби відновлення спортивної працездатності», «Тренувальні заняття та побудова їх програм», «Особливості побудови програм в мікроциклі», «Особливості побудови програм в мезо- та макроциклі», «Спортивні змагання як підсумок тренувальної діяльності спортсмена», «Особливості підготовки кваліфікованих спортсменів в умовах середньогір'я, високогір'я і штучної гіпоксії в системі підготовки спортсменів», «Моделювання в системі підготовки спортсменів високої кваліфікації», «Особливості підготовки і змагань в умовах високих і низьких температур», «Десинхронізація і ресинхронізація циркадних ритмів у спортсменів». Практичні заняття: «Загальні основи навчання і тренування спортсменів», «Підготовча частина та побудова їх програм», «Контроль в процесі підготовки спортсменів», «Особливості спортивної роботи в ДЮСШ», «Організація та проведення змагань з видів спорту», «Удосконалення різних сторін підготовки юних спортсменів», «Особливості розвитку фізичних якостей», «Матеріально-технічне забезпечення навчально-тренувального процесу з видів спорту», «Спортивні споруди і обладнання для навчально-тренувальних занять та змагальної діяльності в обраному виді спорту», «Психолого-педагогічні та медико-біологічні засоби відновлення в системі підготовки спортсменів», Семинарські заняття: «Методика розвитку витривалості, гнучкості, координаційних, швидкісних та силових здібностей в залежності від виду спорту», «Середньогір'я, високогір'я і штучна гіпоксія в системі підготовки спортсменів», «Особливості підготовки і змагань в умовах високих і низьких температур», «Десинхронізація і ресинхронізація циркадних ритмів у спортсменів», «Моделювання в спорті», «Прогнозування в спорті».
Мета та цілі курсу	Мета вивчення освітнього компоненту професійної підготовки «Теорія і методика спортивного тренування» полягає у формуванні інтегральної, загальних та спеціальних (фахових предметних) компетентностей, програмних результатів навчання у майбутніх тренерів з видів спорту, які спрямовані на підготовку висококваліфікованого фахівця, оволодіння основами теорії і методики спортивного тренування, засобами та методикою підготовки в обраному виді спорту.
Методи навчання	Словесні: пояснення (при тлумаченні понять, явищ, термінів), розповідь, навчальна дискусія; наочні: демонстрація, ілюстрування; практичні: дослідницький метод, виконання практичних завдань; метод проблемного викладання; інтерактивні методи, технології дистанційного навчання.
Формат курсу	Стандартний курс (очний, заочний із застосуванням дистанційних технологій навчання).
Результати навчання	За результатами вивчення освітнього компонента «Теорія і методика спортивного тренування» у здобувачів ОС «бакалавр» формуються наступні <i>програмні результати навчання</i>: - ПРН 1 здійснювати аналіз суспільних процесів у сфері фізичної культури і спорту, демонструвати власне бачення шляхів розв'язання існуючих проблем; - ПРН 2 спілкуватися українською та іноземними мовами у професійному середовищі, володіти фаховою термінологією та професійним дискурсом, дотримуватися етики ділового спілкування; - ПРН 5 застосовувати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег; - ПРН 6 мати базові знання з проведення досліджень проблем фізичної культури і спорту, підготовки та оформлення наукової праці; - 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 10 Оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми кондиційного тренування, організовувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи; - ПРН 12 аналізувати процеси становлення та розвитку різних напрямів спорту, олімпійського руху та олімпійської освіти на міжнародному та національному рівнях; - ПРН 17 знати та розуміти сутність, принципи, методи, форми та організацію процесу навчання і виховання людини; - 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 підготовки осіб, які

	займаються.		
Компетентності	Відповідно до освітньо-професійної програми у здобувачів вищої освіти ОС «бакалавр» формуються: Інтегральна компетентність: Здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів наук з фізичного виховання і спорту, та характеризується комплексністю та невизначеністю умов. Загальні компетентності: - ЗК 01 Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями; - ЗК 05 Здатність планувати та управляти часом. Спеціальні (фахові, предметні) компетентності спеціальності: - СК 01 Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості; - СК 02 Здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях; - 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. 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.		
Пререквізити	Освітні компоненти, базові знання яких та результати навчання необхідні здобувачу вищої освіти для успішного навчання та опанування компетентностям: Психолого-педагогічні аспекти в спорті»; «Медичні основи фізичної культури і спорту»; «Анатомія людини з основами спортивної морфології»; «Адаптивний спорт»; «Теорія і методика легкої атлетики»; «Управління у сфері фізичної культури і спорту»; «Теорія і методика фізичного виховання».		
Пореквізити	Набутті теоретичні знання практичні вміння та навички з освітнього компонента «Теорія і методика спортивного тренування» опанування якими можуть бути використані під час вивчення таких навчальних дисциплін, як: «Підвищення спортивної майстерності», «Професійна майстерність тренера», «Навчальна практика зі спортивних ігор», «Виробнича практика в ДЮСШ в групах початкової підготовки», «Виробнича практика в ДЮСШ в групах базової та спеціалізованої підготовки», «Теорія види і технології оздоровчо-рекреаційної рухової активності «Курсова робота з підвищення спортивної майстерності».		
Обсяг і ознаки курсу	Змістовий модуль 1		
	Найменування показників	Характеристика навчального курсу	
		денна форма здобуття вищої освіти	заочна форма здобуття вищої освіти
	Рік навчання/ рік викладання	3-й рік	2-й рік, 3-й рік
	Семестр вивчення	6 семестр	4/5 семестр
	Кількість кредитів ЄКТС	4 кредити	5 кредитів
	Загальний обсяг годин	120 годин	30/120 годин
	Кількість годин навчальних занять	60 годин	6/18 годин
	Лекційні заняття	20 годин	6/8 годин
	Практичні заняття	20 годин	-
	Семінарські заняття	20 годин	10 годин
	Лабораторні заняття	-	-
	Самостійна та індивідуальна робота	60 годин	26/100 години
	Форма підсумкового контролю	Залік	Залік
	Змістовий модуль 2		
	Найменування показників	Характеристика навчального курсу	
		денна форма здобуття вищої освіти	заочна форма здобуття вищої освіти
	Рік навчання/ рік викладання	4-й рік	3-й рік

	Семестр вивчення	VII семестр	VI семестр
	Кількість кредитів ЄКТС	5 кредитів	4 кредитів
	Загальний обсяг годин	150 годин	120 годин
	Кількість годин навчальних занять	74 годин	20 години
	Лекційні заняття	26 годин	6 годин
	Практичні заняття	32 годин	14 годин
	Семінарські заняття	16 годин	-
	Лабораторні заняття	-	-
	Самостійна та індивідуальна робота	76 годин	100 годин
	Форма підсумкового контролю	Екзамен	Екзамен
Технічне й програмне забезпечення /обладнання	Мультимедійна лекційна аудиторія (216), мультимедійний проєктор IEWSONIC PJD5253 DLP (2017 р., 1 шт.), екран для проєктора (1 шт.); ноутбук або персональний комп'ютер, мережа Інтернет, модульне об'єктно-орієнтоване динамічне середовище MOODLE, конференції у Google Meet, мультимедійний методичний кабінет кафедри спорту і спортивних ігор, аудиторія (222 а), телевізор (плазма) TV AUDIO SAMSUNG 104-IX (2008 р., 1 шт), аудиторія (222 а).		
Політики курсу	<i>Умови визначення успішного засвоєння освітнього компоненту: «Теорія і методика спортивного тренування»</i> Залік: - 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, підсумкової формою контролю за яким встановлено залік/диференційованих залік, отримує підсумкову рейтингову оцінку, яка визначається як сума рейтингової оцінки за навчальні заняття та рейтингових оцінок контрольних заходів поточного контролю з цього освітнього компоненту; - здобувач вищої освіти, який має академічну заборгованість за результатами поточного контролю з освітнього компоненту, підсумкової 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. Екзамен: - кредити присвоюються здобувачам вищої освіти після завершення навчальної дисципліни та успішного оцінювання досягнутих ними результатів навчання; - критерієм успішного проходження здобувачем вищої освіти оцінювання результатів навчання є досягнення ним мінімального порогового рівня оцінок за кожним запланованим результатом навчання освітнього компоненту та мінімального порогового рівня оцінки за освітнім компонентом загалом, яких складає 60 % від максимально можливої кількості балів, визначеної відповідними нормативними документами Університету; - здобувач вищої освіти вважається таким, що має академічну заборгованість за результатами поточного контролю, якщо він не відпрацював пропущені навчальні заняття, не пересклав оцінки 0, 1, 2, 3 отримані на навчальних заняттях, не виконав або виконав модульну контрольну роботу, завдання		

самостійної та індивідуальної робіт з оцінкою, що становить менше 60 % від максимальної кількості балів, виділених на ці види робіт;

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

- здобувач вищої освіти, який має академічну заборгованість за результатами поточного контролю з освітнього компонента, 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 компонента 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.

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 Кам'янець-Подільського національного університету 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) екзамени, заліки тощо через поважні причини; подати підтверджувальні документи, що засвідчують поважну причину, яка унеможливила відвідування навчальних занять, складання (перескладання) екзаменів, заліків тощо; ліквідовувати 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) (<https://drive.google.com/file/d/19GCSM3y-K496gs8RQJp0mO9FjUJumB4T/view?pli=1>) зокрема, якщо їх тематика відповідає змісту освітнього компонента (окремій темі або змістовому модулю):

- закінчення професійних курсів, семінарів або тренінгів, тематика яких відповідає змісту освітнього компонента (окремій темі або змістовому модулю);
- підготовка конкурсної наукової роботи;
- призове місце на Всеукраїнському конкурсі студентських наукових робіт;
- призове місце на Всеукраїнській студентській олімпіаді.

Критерії оцінювання результатів навчання, здобутих у неформальній / інформальній освіті.

1. Наявність документа про завершення: сертифікат, диплом, грамота або інший документ, що підтверджує успішне проходження.

2. Відповідність змісту отриманих знань та здобутих результатів навчання тематиці курсу: у випадку якщо це курси, вебінари, семінари, круглі столи тощо, їх тематика має відповідати одній або кільком

	темам, які визначені даною робочою програмою. 3. Система оцінювання. Здобувач отримує: - відмінно (12-10 балів), якщо курс має значний обсяг, містить практичну складову, зміст курсу повністю відповідає програмним результатам навчання; якщо посів I місце у Всеукраїнському конкурсі студентських наукових робіт (в тому випадку, якщо тема роботи відповідає тематиці освітнього компонента); якщо посів I місце у Всеукраїнській студентській олімпіаді зі спеціальності 017 Фізична культура і спорт. Здобувач, який отримує оцінку «відмінно», демонструє глибокі, системні знання та високий рівень практичних навичок, здобутих у неформальній освіті. Він не просто засвоїв матеріал, а й здатен застосовувати його в реальних умовах, аналізувати та створювати власні рішення; - добре (9-7 балів): якщо зміст збігається з основними положеннями певної теми; якщо посів II або III місце у Всеукраїнському конкурсі студентських наукових робіт (в тому випадку, якщо тема роботи відповідає тематиці освітнього компонента); якщо посів II або III місце у Всеукраїнській студентській олімпіаді зі спеціальності 017 Фізична культура і спорт. Здобувач на цьому рівні володіє основними знаннями та вміннями, які відповідають ключовим положенням певної теми. Уміє застосовувати отримані знання в типових, стандартних ситуаціях. Здатний виконати практичні завдання, що були частиною курсу. Може виконувати аналітичну роботу, але потребує додаткових роз'яснень для вирішення нестандартних проблем; - задовільно (6-4 балів): короткостроковий семінар або тренінг, що дає базове розуміння теми. Здобувач володіє базовим розумінням теми, але його знання є фрагментарними, а навички – обмеженими. Його знання є поверхневими, і він може мати значні труднощі з поясненням взаємозв'язків між різними аспектами теми.							
Схема курсу	Денна форма здобуття вищої освіти							
	Назви змістових модулів і тем	Кількість годин						
		разом	у тому числі					
			лекційні заняття	практичні заняття	семінарські заняття	лабораторні заняття	самостійна робота	індивідуальна робота
	Змістовий модуль 1. Основні поняття та загальна характеристика системи підготовки спортсменів							
	Разом за змістовим модулем 1	120	20	20	20	-	60	-
	Змістовий модуль 2. Загальні основи навчання і тренування юних спортсменів							
	Разом за змістовим модулем 2	150	26	32	16	-	76	-
	Разом годин	270	50	50	34	-	136	-
	Заочна форма здобуття вищої освіти							
	Змістовий модуль 1. Основні поняття та загальна характеристика системи підготовки спортсменів							
	Разом за змістовим модулем 1	150	14	-	10	-	126	-
	Змістовий модуль 2. Загальні основи навчання і тренування юних спортсменів							
	Разом за змістовим модулем 2	120	6	14	-	-	100	-
Разом годин	270	20	14	10	-	226	-	
Форми та методи оцінювання	Максимальний бал оцінки поточної успішності студентів на навчальних заняттях рівний 12-ти. Поточне та контрольне оцінювання здобувачів вищої освіти спеціальності 017 Фізична культура і спорт ОС «бакалавр» здійснюється із використанням таких форм та методів: усне опитування, тестування, вирішення проблемних ситуацій, виконання творчих завдань, створення презентацій навчального матеріалу, аналіз виконаної роботи, модульна контрольна робота, залік (третій рік навчання 6 семестр денна форма здобуття вищої освіти, третій рік навчання 5 семестр заочна форма здобуття вищої освіти), екзамен (четвертий рік навчання 7 семестр денна форма здобуття вищої освіти, третій рік навчання 6 семестр заочна форма здобуття вищої освіти).							
Критерії	Рейтингова система оцінювання навчальної діяльності здобувачів вищої							

**оцінювання
результатів
навчання**

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, непередбаченою або недостатньою підготовленістю до них за такою формулою:

$$R = ((0,05 \times CO) + 0,4) \times ВБ$$

де R – рейтингова оцінка у балах за змістовий модуль;

CO – середнє арифметичне усіх отриманих оцінок за результатами поточного контролю;

ВБ – ваговий бал, максимально можливий бал оцінювання результатів навчальної діяльності здобувачів вищої освіти.

Наприклад:

Відповідно до робочої програми освітнього компоненту «Теорія і методика спортивного тренування» здобувач вищої освіти за результатами поточного контролю зі Змістового модуля 1 «Основні поняття та загальна характеристика системи підготовки спортсменів» отримав 13 оцінок, а саме: 8, 7, 8, 8, 8, 9, 10, 6, 9, 9, 7, 7, 8. Ваговий бал ЗМ 1 складає 80 балів.

Дії НПП, або здобувача:

- визначити середнє арифметичне отриманих оцінок, яке відповідно складе – 8 балів;

- отримані значення підставити у формулу:

$$R = ((0,05 \times 8,0) + 0,4) \times 80 = 64$$

Отже, за результатами поточного контролю здобувач вищої освіти за змістовий модуль 1 ОК «Теорія і методика спортивного тренування» отримав – 64 бали.

Змістовий модуль 1. Основні поняття та загальна характеристика системи підготовки спортсменів

Поточний і модульний контроль (100 балів)		Сума
Змістовий модуль 1 (100 балів)		100 балів
Поточний контроль	МКР	
80 балів	20 балів	

Змістовий модуль 2. Загальні основи навчання і тренування юних спортсменів

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

Шкала оцінювання навчальної діяльності здобувачів вищої освіти за результатами роботи на практичних та семірських заняттях

Об'єм пройденого матеріалу	Бали що нарах. за 12-бальною системою оцінювання
----------------------------	--

Третій рік навчання (6 семестр)

Змістовий модуль 1. Основні поняття та загальна характеристика системи підготовки спортсменів.

Практичне заняття 1-2. Загальна характеристика організації системи підготовки спортсменів	4-12
Практичне заняття 3-4. Особливості змагальної діяльності у видах спорту	4-12
Практичне заняття 5-6. Особливості розвитку фізичних якостей у видах спорту	4-12

	Практичне заняття 7. Удосконалення спортивної техніки	4-12
	Практичне заняття 8-9. Особливості спортивної роботи у спортивно-оздоровчому таборі	4-12
	Практичне заняття 10. Тренувальні та змагальні навантаження спортсменів	4-12
	Семінарське заняття 1-3. Адаптація до тренувальних навантажень	4-12
	Семінарське заняття 4. Особливості тренувальних занять	4-12
	Семінарське заняття 5. Особливості побудови тренувального процесу з врахуванням циклів	4-12
	Семінарське заняття 6. Методика спортивного тренування.	4-12
	Семінарське заняття 7. Особливості побудови програм мікроциклів.	4-12
	Семінарське заняття 8. Особливості побудови програм мезо та макроциклів.	4-12
	Самостійна робота зі ЗМ 1	4-12
Четвертий рік навчання (7 семестр)		
Змістовий модуль 2. Загальні основи навчання і тренування юних спортсменів		
	Практичне заняття 11. Загальні основи навчання і тренування спортсменів.	4-12
	Практичне заняття 12. Підготовча частина та побудова її програми.	4-12
	Практичне заняття 13. Контроль в процесі підготовки спортсменів.	4-12
	Практичне заняття 14. Особливості спортивної роботи в ДЮСШ.	4-12
	Практичне заняття 15. Організація та проведення змагань з видів спорту	4-12
	Практичне заняття 16-17. Удосконалення різних сторін підготовки юних спортсменів.	4-12
	Практичне заняття 18-19. Особливості розвитку фізичних якостей.	4-12
	Практичне заняття 20-21. Матеріально-технічне забезпечення навчально- тренувального процесу з видів спорту.	4-12
	Практичне заняття 22-23. Спортивні споруди і обладнання для навчально-тренувальних занять та змагальної діяльності в обраному виді спорту.	4-12
	Практичне заняття 24-25. Психолого-педагогічні та медико-біологічні засоби відновлення в системі підготовки.	4-12
	Семінарське заняття 9. Фізична підготовка спортсменів.	4-12
	Семінарське заняття 10. Характеристика основних фізичних якостей.	4-12
	Семінарське заняття 11-12. Методика розвитку витривалості, гнучкості, координаційних, швидкісних та силових здібностей в залежності від виду спорту.	4-12
	Семінарське заняття 13. Середньогір'я, високогір'я і штучна гіпоксія в системі підготовки спортсменів.	4-12
	Семінарське заняття 14. Особливості підготовки і змагань в умовах високих і низьких температур.	4-12
	Семінарське заняття 15. Десинхронізація і ресинхронізація циркадних ритмів у спортсменів.	4-12
	Семінарське заняття 16. Моделювання в спорті.	4-12

	Семінарське заняття 17. Прогнозування в спорті.	4-12
	Самостійна робота зі ЗМ 2	4-12
Інформаційне та навчально-методичне забезпечення	Рекомендована література.	
	Основна 1. Костюкевич В. М. Теорія і методика спортивної підготовки» (на прикладі командних ігрових видів спорту). Навчальний посібник. Вінниця: Планер, 2014. 616 с. http://surl.li/qucquk (дата звернення: 18.08.2025). 2. Кошура А.В. Теорія і методика спортивних тренувань: навч. посіб. Чернівці: Чернівець. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича, 2021. 120 с. http://surl.li/ajegti (дата звернення: 21.08.2025). 3. Кутек Т. Б., Вовченко І. І. Основи теорії і методики спортивної підготовки: навчальний посібник. Житомир: ЖДУ імені Івана Франка, 2022. 108 с. http://surl.li/xvxrmz (дата звернення: 21.08.2025). 4. Платонов В. М. Сучасна система спортивного тренування: підручник. Київ: Перша друкарня, 2021. 672 с. http://surl.li/yzgieu (дата звернення: 27.08.2025). 5. Тодорова Валентина. Основи теорії і методики спортивного тренування: навчальний посібник. Одеса: Університет Ушинського, 2023. 206 с. http://surl.li/wmzunw (дата звернення: 27.07.2025). Допоміжна 1. Адамчук В.В. Програмування тренувального процесу спортсменів у легкоатлетичному багатоборстві на етапі безпосередньої підготовки до змагань: автореф. дис. на здобуття наук. ступ. к.фіз.вих. Київ, 2021. 25 с. 2. Авраменко В. Г. та інші. Футбол. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності. Київ : ЗАТ «Броварська друкарня», 2003. 101 с. URI: https://tinyurl.com/2s4j3tmm (дата звернення: 21.08.2025). 3. Бобровник В.І. Легка атлетика: навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких спортивних шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю Київ: Логос, 2019. 192 с. URI: https://uaf.org.ua/images/doc/books/Programa_DUSCH.pdf (дата звернення: 22.08.2025). 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, М. В. Латишев, Р. В. Первачук, В. Ю. Чікало. Київ: АСБУ, 2019. 104 с. URL: https://tinyurl.com/muht4ewk (дата звернення: 23.08.2025). 5. Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини / [редкол.: Єдинак Г. А. (відп. ред.) та ін]. Кам'янець-Подільський: Видавець Панькова А. С. URI: https://tinyurl.com/vebm4byw (дата звернення: 21.07.2025). 6. Воронова В. І., та інші. Футзал. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл. Київ : 2015. 110 с. URI: https://tinyurl.com/5d8kuu4p (дата звернення: 25.07.2025). 7. 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. URL: https://tinyurl.com/utvpeda8 (дата звернення: 21.07.2025). 8. Петрова Ю., Прозар М., Алексєєв О., Юришин Ю., Андрєєв С., Кондратюк Д. Забезпечення якості освіти за спеціальністю 017: стан проблеми. Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини [редкол. : Єдинак Г. А. (відп. ред.) та ін]. Кам'янець-Подільський : Видавець Панькова А. С. 2024. Випуск 29(1). С. 28-35. URL: http://visnyk-sport.kpnu.edu.ua/article/view/303440 (дата звернення: 05.07.2025). (Фахове видання). 9. Поплавський Л. Ю., Маслов О. В., Безмилов М. В., Мітова О. О., Мурзін Є. В., Четвертак О. А. Баскетбол. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю. Київ. 165 с. URI: https://tinyurl.com/yys7bf3y (дата звернення: 03.08.2025). 10. Прозар М., Костантинова Ж., Якушева Ю., Комарова Т., Кужель М., Хомовський О., Цимбалістий В., Балан С. Фізична підготовленість кваліфікованих волейболісток в підготовчому періоді загальнопідготовчого етапу. Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини / [редкол. : Єдинак Г. А. (відп. ред.) та ін]. Кам'янець-Подільський : Видавець Панькова А. С., 2021. Випуск 23. С. 39-45. URL: http://visnyk-sport.kpnu.edu.ua/article/view/253896 (дата звернення: 26.07.2025). (Фахове видання). 11. Прозар М., Петрова Ю., Якушева Ю., Авінов В., Комарова Т., Кужель М., Андрєєв С., Цимбалістий В., Степанков С., Цимбалістий В., Балан С. Виступ жіночих волейбольних команд	

	«СУПЕРЛІГИ DMART» у регулярному чемпіонаті України сезону 2022-2023. Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини / [редкол. : Єдинак Г. А. (відп. ред.) та ін.]. Кам'янець-Подільський : Видавець Панькова А. С., 2023. Випуск 28(1). С. 52-58. URL: http://visnyk-sport.kpnu.edu.ua/article/view/278998 (дата звернення: 27.07.2025). (Фахове видання). 12. Прозар М., Петрова Ю., Якушева Ю., Буртова О., Лежньова О. Гетьман С., Юрчишин Ю., Балацька Л. Зміни у фізичному розвитку та підготовленості юних баскетболістів протягом першого року базової підготовки в дитячій юнацькій спортивній школі. Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини [редкол. : Єдинак Г. А. (відп. ред.) та ін.]. Кам'янець-Подільський : Видавець Панькова А. С. 2025. Випуск 30(1). С. 47-54. URL: http://visnyk-sport.kpnu.edu.ua/article/view/330292 (дата звернення: 13.07.2025). (Фахове видання). 13. Стасюк В. Програмування тренувального процесу кваліфікованих футболістів у річному макроциклі. Фізична культура, спорт та здоров'я нації: зб. наук. пр. Вінниця: ТОВ «Планер», 2016. №1. С. 323-331. URL: http://surl.li/qlkpqt (дата звернення: 27.07.2025) (Фахове видання). 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. URL: http://surl.li/tsherj (дата звернення: 18.08.2025). (Фахове видання). 15. Стасюк В. А., Стасюк І. І., Войтенко С. М. Теорія і методика викладання футболу та футзалу: навчально методичний посібник [для факультетів фізичної культури закладів вищої освіти] [Електронний ресурс]. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2025. 358 с. (http://elar.kpnu.edu.ua/xmlui/handle/123456789/8720). URL: (дата звернення: 16.07.2025). (Фахове видання). 16. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. Фахове видання категорії Б. / [редкол. : Борисова О. В. (відп. ред.) та ін.]. Київ : Видавець Олімпійська література URI: https://tinyurl.com/ty73t3zb (дата звернення: 15.07.2025). 17. Туровський В. В., Носко М. О., Осадчий О. В., Гаркуша, С. В., Жула Л. В. Волейбол. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю. Київ. 2009. 140 с. URI: https://tinyurl.com/4ferss7j (дата звернення: 30.07.2025). 18. Blavt O., Chaplinskyi R., Prozar M., Pityn M., Helzhynska T., Dmytruk V., Hrebik O. Kovalchuk V. Education Theory and Methodology. Scientific-methodological journal. Professional journal in physical education and sports. Vol. 23 No. 5 (2023). Pages 760-766. DOI: https://doi.org/10.17309/tmfv.2023.5 (Scopus). 19. Sliusarchuk V., Galamanzhuk L., Yurchyshyn Y., Iedynak G., Mykhalskyi A., Prozar M. Effectiveness of various physical activity programs in increasing functional capabilities of young females. Sport i Turystyka. Środkowoeuropejskie Czasopismo Naukowe 2023. Tom 6, nr 1, Pages 119-135. https://doi.org/10.16926/sit.2023.01.07. (Scopus).
Локація	Згідно з розкладом https://kpnu.edu.ua/rozklad-zaniat/