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

Силабус вибіркового освітнього компонента
«Теорія і методика викладання атлетизму»

Галузь знань:	01 Освіта / Педагогіка
Спеціальність:	014 Середня освіта (Фізична культура)
Освітньо-професійна програма:	Середня освіта (Фізична культура)
Рівень вищої освіти:	Перший (бакалаврський)
Статус дисципліни:	вибіркова
Мова викладання:	українська

Науково-педагогічні працівники:



ПІБ:	Воронецький Вадим Борисович
Посада:	доцент кафедри спорту і спортивних іг
Науковий ступінь:	кандидат педагогічних наук
Телефон:	067-602 73-06
E-mail:	voronetskyi@kpnu.edu.ua
Робоче місце:	навчальний корпус №1 (вул. Огієнка, 6 ауд. 222 (кафедра спорту і спортивних ігор)
Профайл викладача:	https://sportkaf.kpnu.edu.ua/voronetskyj-vadym-borysovych/

Сторінка курсу в MOODLE	https://moodle.kpnu.edu.ua/course/view.php?id=8182
Анотація до курсу	Вибірковий освітній компонент «Теорія і методика викладання атлетизму» для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) (4 курс) розроблена для забезпечення теоретичної, методичної та практичної підготовки студентів до майбутньої професійної діяльності. Навчальна дисципліна передбачає вивчення 5-ти тем по 2 години, які розглядатимуться на лекційних заняттях: «Теорія і методика викладання атлетизму. Зміст і місце у фізичній культурі», «Загальні основи фізичної підготовки», «Методика силової підготовки. Силові якості та методика їх виховання», «Бодібілдінг (культуризм). Характеристика як виду спорту», «Пауерліфтінг (силове триборство). Характеристика як виду спорту», «Важка атлетика. Характеристика як виду спорту», «Гирьовий спорт. Характеристика як виду спорту» відповідно 15-ти тем на практичних заняттях: «Історія розвитку атлетизму», «Гігієнічні вимоги до занять атлетизмом», «Особливості побудови системи раціонального харчування при заняттях атлетичного спрямування», «Спортивні обладнання та інвентар при заняттях атлетизмом», «Методика розвитку силових здібностей», «Тренувальне навантаження та педагогічний контроль», «Типи тіло будови та індивідуалізація тренувань», «Методика тренування окремих м'язових груп». Опанування на відповідному теоретичному та практичному рівні ВОК «Теорія і методика викладання атлетизму» дасть можливість здобувачам вищої освіти першого (бакалаврського) рівня використовувати у своїй професійній діяльності набуті теоретичні знання, практичні вміння та навички для успішного та результативного використання професійно-педагогічних знань, умінь, навичок з теорії та методики викладання атлетизму для вирішення завдань, пов'язаних з визначенням навантаження на опорно-руховий апарат та інші системи органів людини, підбором засобів розвитку та тренування окремих м'язових груп, складанням програм тренувань з урахуванням індивідуальних особливостей учня в процесі занять атлетичного спрямування.
Мета та цілі курсу	Полягають у поглибленні формування у здобувачів ВО загальних та фахових компетентностей спеціальності, програмних результатів навчання у майбутніх учителів фізичної культури, які спрямовані на підготовку висококваліфікованого фахівця у сфері фізичної культури і спорту, оволодіння ним вміннями та навичками з теорії та методики атлетизму для вирішення завдань, пов'язаних з визначенням навантаження на опорно-руховий апарат та системи органів людини, підбором методів та засобів розвитку окремих м'язових груп, складанням програм тренування з урахуванням індивідуальних особливостей учня в процесі занять атлетичного спрямування.
Методи навчання	Словесні, наочні та практичні методи фізичного виховання та спортивної підготовки, розповідь, діалогічний метод, бесіда; програмовий метод, презентація, демонстрація; методи навчання рухових дій загалом та по частинах, 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.

Формат курсу	Стандартний курс (очний, заочний із застосуванням дистанційних технологій навчання).
Результати навчання	За результатами вивчення освітнього компонента «Теорія і методика викладання атлетизму» в здобувачів СВО «бакалавр» формуються наступні *результати навчання*: – ПРН 01 Знає та вміє застосовувати на практиці основні положення фізіології, біомеханіки, морфології, психології, біохімії для розвитку фізичних (рухових) якостей, формування рухових умінь і навичок людей різних вікових груп, володіє засобами інтегрального гармонійного (розумового, духовного і фізичного) розвитку людини. – ПРН 03 Знає, як застосовувати на практиці основні вчення в галузі фізичної культури. – ПРН 05 Знає закони і принципи розучування рухових умінь і навичок, володіє теорією і методикою розвитку рухових умінь і навичок в базових видах рухової активності. – ПРН 09 Знає закономірності розвитку фізичних (рухових) якостей в різних видах рухової активності. – ПРН 15 Володіє педагогічними, медико-біологічними, 10 інформаційними технологіями для формування здорового способу життя, розвиту 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 20 Вміє визначати цілі і завдання, планувати навчальні заняття, розробляти необхідну документацію для проведення занять з фізичної культури та спорту. *Завдання дисципліни:* – сформувати у здобувачів вищої освіти спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) загальні та фахові компетентності спеціальності, спрямовані на підготовку висококваліфікованого фахівця у сфері фізичної культури. – забезпечити опанування навчальним матеріалом навчальної дисципліни на відповідному рівні.
Компетентності:	Відповідно до освітньо-професійної програми у здобувачів вищої освіти СВО «бакалавр» формується: *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*: ЗК01 Здатність діяти етично, соціально відповідально та свідомо; ЗК04 Здатність застосовувати набуті знання в практичних ситуаціях; ЗК06 Здатність до самовдосконалення та саморозвитку; ЗК09 Здатність до адаптації та дії в новій ситуації на основі креативності. *Спеціальні компетентності:* СК02 Здатність застосовувати сучасні методи й освітні технології навчання у фізичному вихованні; СК05 Здатність до володіння педагогічними, медико-біологічними, інформаційними технологіями для формування здорового способу життя, розвиту рухових умінь і навичок, розвитку фізичних (рухових) якостей у представників різних груп населення і самостійної розробки методик і технологій для інтегрального гармонійного розвитку людини; СК07 Здатність оволодівати базовими і новими видами фізкультурної діяльності; СК09 Здатність здійснювати профілактику травматизму, забезпечувати охорону життя і здоров'я дітей; СК13 Здатність оцінювати фізичні здібності і функціональний стан учнів, адекватно вибирати засоби і методи рухової діяльності для корекції стану учнів з урахуванням їх індивідуальних особливостей. 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 компетентностями дисципліни «Теорія і методика викладання атлетизму»: «Теорія і методика фізичного виховання», «Біохімія», «Біомеханіка», «Анатомія людини з основами спортивної морфології», «Фізіологія людини», «Спортивно-педагогічне вдосконалення».

<table>
<tr><td>Пререквізити</td><td>Набутті теоретичні знання практичні вміння та навички з освітнього компонента «Теорія і методика викладання атлетизму» можуть бути використані під час вивчення таких навчальних дисциплін, як: «Підвищення спортивної майстерності», «Виробнича педагогічна практика в закладах загальної середньої освіти», «Курсова робота з підвищення спортивної майстерності», «Курсова робота з теорії і методики фізичного виховання».</td></tr>
<tr><td>Обсяг і ознаки курсу</td><td>
<table>
<tr><th rowspan="2">Найменування показників</th><th colspan="2">Характеристика освітнього компоненту</th></tr>
<tr><th>денна форма здобуття вищої освіти</th><th>заочна форма здобуття вищої освіти</th></tr>
<tr><td>Рік навчання/ рік викладання</td><td>4-й</td><td>4-й</td></tr>
<tr><td>Семестр вивчення</td><td>7 семестр</td><td>6-7 семестр</td></tr>
<tr><td>Обов’язковий освітній компонент професійної підготовки / вибірковий освітній компонент</td><td colspan="2">Вибірковий освітній компонент</td></tr>
<tr><td>Кількість кредитів ЄКТС</td><td>4</td><td>4</td></tr>
<tr><td>Загальний обсяг годин</td><td>120 годин</td><td>120 години</td></tr>
<tr><td>Кількість годин навчальних занять</td><td>40 годин</td><td>16 годин</td></tr>
<tr><td>Лекційні заняття</td><td>10 годин</td><td>4 годин</td></tr>
<tr><td>Практичні заняття</td><td>30 годин</td><td>12 годин</td></tr>
<tr><td>Семінарські заняття</td><td>-</td><td>-</td></tr>
<tr><td>Лабораторні заняття</td><td>-</td><td>-</td></tr>
<tr><td>Самостійна та індивідуальна робота</td><td>80 годин</td><td>104 годин</td></tr>
<tr><td>Форма підсумкового контролю</td><td>залік</td><td>залік</td></tr>
</table>
</td></tr>
<tr><td>Технічне й програмне забезпечення /обладнання</td><td>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).</td></tr>
<tr><td>Політики курсу</td><td>Умови визначення успішного засвоєння освітнього компоненту «Теорія і методика викладання атлетизму»:
–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, який 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 перескладав 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 має академічну заборгованість з освітнього компоненту за результатами поточного контролю, не допускається до заліку.
– здобувач вищої освіти допускається до складання заліку після ліквідації академічної заборгованості за результатами поточного контролю;
– здобувачам вищої освіти, які за результатами підсумкового контролю у формі заліку отримали незадовільну оцінку, дозволяють ліквідувати академічну заборгованість після належної підготовки;
–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 ліквідовує 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 здобувачам 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).</td></tr>
</table>

«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) 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.

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 І місце у Всеукраїнському конкурсі студентських наукових робіт (в тому випадку, якщо тема роботи відповідає тематиці освітнього компонента); якщо посів І 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 ІІ або ІІІ місце у Всеукраїнському конкурсі студентських наукових робіт (в тому випадку, якщо тема роботи відповідає тематиці освітнього компонента); якщо посів ІІ або ІІІ 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.

Дозволені випадки використання ШІ.

Генерація ідей та планування навчально-дослідної діяльності: формулювання тем, дослідницьких запитань і гіпотез щодо розвитку силових здібностей спортсменів, визначення напрямів аналізу та планування силової підготовки.

Підготовка програм силової підготовки: допомога у формуванні орієнтовної структури тренувальних занять, мікроциклів і мезоциклів силової спрямованості, визначенні послідовності застосування вправ та розподілі тренувальних навантажень з обов'язковим самостійним обґрунтуванням запропонованих рішень.

Добір силових вправ: допомога у систематизації загальнопідготовчих, спеціально-підготовчих і змагальних вправ відповідно до виду спорту, рівня підготовленості спортсмена, завдань тренувального етапу та характеру прояву силових здібностей.

Вивчення методів розвитку силових здібностей: пояснення та порівняння методів розвитку максимальної сили, швидкісно-силових здібностей, вибухової сили, силової витривалості та інших форм прояву силових можливостей спортсмена.

Аналіз параметрів силового навантаження: допомога у визначенні та систематизації показників обсягу й інтенсивності навантаження, кількості підходів і повторень, тривалості інтервалів відпочинку, темпу виконання вправ та інших характеристик силового тренування.

Розрахунок інтенсивності тренувальних навантажень: використання ШІ як допоміжного засобу для виконання розрахунків тренувального навантаження на основі показників 1RM, відносної інтенсивності, обсягу виконаної роботи та інших кількісних характеристик із обов'язковою перевіркою результатів здобувачем

Аналіз техніки силових вправ: допомога у структуруванні інформації про фази виконання силових вправ, положення тіла, траєкторію руху, особливості прикладання зусиль та типові технічні помилки без заміни практичного аналізу викладача і здобувача.

Планування періодизації силової підготовки: допомога у створенні орієнтовних моделей лінійної, хвилеподібної, блокової та інших варіантів організації силових навантажень з подальшим самостійним аналізом їх відповідності меті та етапу спортивної підготовки.

Контроль силової підготовленості: допомога у доборі тестів і контрольних вправ для оцінювання максимальної сили, швидкісно-силових здібностей і силової витривалості, а також у систематизації та порівнянні отриманих результатів.

Обробка та аналіз даних: упорядкування результатів тестування, розрахунок абсолютних і відносних показників сили, статистичних характеристик, порівняння результатів та підготовка таблиць і графіків з обов'язковою перевіркою правильності розрахунків.

Пошук додаткових джерел: пошук сучасних наукових публікацій щодо методів розвитку сили, періодизації, моніторингу навантаження, швидкості виконання вправ, відновлення та сучасних технологій силового тренування з обов'язковою перевіркою інформації за першоджерелами.

Підготовка до занять: пояснення складних понять, створення тестових, розрахункових і практичних завдань для самоперевірки та підготовки до лекційних і практичних занять.

Редагування тексту: перевірка граматики, стилістики, переклад та вдосконалення формулювань у навчальних роботах без заміни власного аналізу, обґрунтування та висновків здобувача.

Візуалізація навчального матеріалу: допомога у створенні таблиць, графіків, діаграм і схем для представлення структури силової підготовки, динаміки навантаження, результатів тестування та моделей розвитку силових здібностей.

Обмеження та заборони

Повна автоматична генерація робіт: забороняється подавати створені ШІ програми силової підготовки, індивідуальні завдання, аналітичні матеріали, розрахунки або результати досліджень як власні оригінальні роботи.

Сліпе копіювання результатів ШІ: не допускається використання вигаданих наукових джерел, методик, нормативів, результатів досліджень або неперевірених рекомендацій щодо силової підготовки.

Використання під час підсумкового контролю під час екзамену, заліку та модульної контрольної роботи використання інструментів ШІ заборонено, якщо інше безпосередньо не передбачено умовами завдання.

Підміна самостійного програмування силової підготовки: ШІ не повинен замінювати здатність здобувача самостійно визначати мету і завдання силового тренування, добирати вправи, методи, величину навантаження, кількість підходів і повторень та обґрунтовувати їх застосування.

Некритичне використання тренувальних рекомендацій: забороняється без перевірки застосовувати запропоновані ШІ величини обтяжень, інтенсивність, тренувальний обсяг, частоту занять або інші параметри, які можуть впливати на ефективність і безпеку тренувального процесу.

Фальсифікація результатів: забороняється використовувати ШІ для вигадування або штучної зміни показників 1RM, результатів контрольних вправ, тестування силової підготовленості, тренувальних щоденників та інших емпіричних даних.

Підміна практичного виконання: використання ШІ не може замінювати практичне засвоєння техніки силових вправ, виконання контрольних нормативів, аналіз власної техніки та формування практичних професійних умінь.

Зазначення використання ШІ (Декларація ШІ): якщо здобувач використовував інструменти штучного інтелекту під час виконання навчального завдання, він повинен зазначити назву інструменту та характер його використання.

Приклад: «Chat GPT використано для структурування матеріалу, формування варіантів представлення тренувального навантаження та перевірки мовного оформлення. Розрахунки, добір засобів і методів силової підготовки, аналіз результатів та висновки виконано і перевірено автором самостійно».

Збереження промптів: за запитом викладача здобувач повинен надати використані запити (промпти) та первинні відповіді інструменту ШІ.

Перевірка результатів: здобувач зобов'язаний перевіряти достовірність інформації, наукових джерел, розрахунків і тренувальних рекомендацій, отриманих за допомогою ШІ. Особливої перевірки потребують величини тренувального навантаження, відсотки від 1RM, методи розвитку силових здібностей, інтервали відпочинку та принципи побудови програм силової підготовки.

Особиста відповідальність: здобувач несе особисту відповідальність за точність розрахунків, обґрунтованість тренувальних рішень, коректність використаних джерел, самостійність виконання завдань та академічну доброчесність поданого матеріалу.

– Академічна доброчесність: використання ШІ не звільняє здобувача від необхідності самостійно засвоювати теоретико-методичні основи силової підготовки, розраховувати й аналізувати тренувальні навантаження, добирати засоби і методи розвитку силових здібностей, оцінювати результати педагогічного контролю та формулювати власні висновки. ШІ повинен виконувати допоміжну освітню функцію та сприяти розвитку професійного й критичного мислення майбутнього фахівця у сфері фізичної культури і спорту.

Схема курсу

Денна форма здобуття вищої освіти

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин						
	разом з	у тому числі					
		лекційні заняття	практичні заняття	семінарські заняття	лабораторні заняття	самостійна робота	індивідуальна робота
Змістовий модуль 1 Основи спортивно-масової роботи							
Разом за змістовим модулем 1	120	10	30	-	-	80	-
Разом	120	10	30	-	-	80	-

Заочна форма здобуття вищої освіти

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин						
	разом	у тому числі					
		лекційні заняття	практичні заняття	семінарські заняття	лабораторні заняття	самостійна робота	індивідуальна робота
Змістовий модуль 1 Основи спортивно-масової роботи							
Разом за змістовим модулем 1	120	4	12	-	-	104	-
Разом	120	4	12	-	-	104	-

Форми та методи оцінювання

Поточне та контрольне оцінювання здобувачів вищої освіти спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) СВО «бакалавр» здійснюється із використанням таких форм та методів: усне опитування, тестування, проведення фрагментів тренувань, демонстрація, вирішення проблемних ситуацій, виконання творчих завдань, створення презентацій навчального матеріалу, аналіз виконаної роботи, модульна контрольна робота, залік.

Критерії оцінювання результатів навчання

Максимальний бал оцінки поточної успішності здобувачів вищої освіти 12.
Теоретична підготовка 40 балів, практична підготовка 60 балів. Разом – 100 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, непідготовленістю або недостатньою підготовленістю до них за такою формулою

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

де R – рейтингова оцінка у балах за змістовий модуль;

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

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

Наприклад:

Відповідно до робочої програми освітнього компоненту «Теорія і методика викладання атлетизму» здобувач вищої освіти за результатами поточного контролю зі Змістового модуля 1 отримав 12 оцінок, а саме: 5, 6, 8, 12, 10, 11, 9, 9, 10, 11, 12, 8. Ваговий бал ЗМ1 складає 60 балів.

Дії НПП або здобувача:

–визначити середнє арифметичне отриманих оцінок, яке відповідно складе – 9,25 бали;
отримані значення підставити у формулу: R = ((0,05 х 9,25) +0,4) х 60 = 52

Отже, за результатами поточного контролю здобувач вищої освіти за змістовий модуль 1 ОК «Теорія і методика викладання атлетизму» отримав – 52 бали.

Поточний і модульний контроль (100 балів)		**Сума**
Змістовий модуль 1	Самостійна робота	100 балів
Поточний контроль 60 балів	40 балів	

Шкала оцінювання навчальної діяльності здобувачів вищої освіти	
Змістовий модуль 1 (60 балів)	
1. Конспект в робочому зошиті лекційного курсу (самостійна робота).	4-12
2. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – лекційне заняття №1 «Атлетизм Зміст і місце у фізичній культурі»	4-12
3. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – лекційне заняття №2 «Загальні основи фізичної підготовки»	4-12
4. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – лекційне заняття №3 « Методика силової підготовки. Силові якості та методика їх виховання»	4-12
5. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – лекційне заняття №4 «Бодібілдінг (культуризм). Характеристика як виду спорту»	4-12
6. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – лекційне заняття №5 «Пауерліфтінг (силове триборство). Характеристика як виду спорту»	4-12
7. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: у модульному об'єктно-орієнтованому динамічному середовищі MOODLE – лекційне заняття №6 «Важка атлетика. Характеристика як виду спорту»	4-12
8. Усне опитування або тестування із використанням технологій дистанційного навчання, а саме: модульного об'єктно-орієнтованого динамічного середовища MOODLE – лекційне заняття №7 «Гирьовий спорт. Характеристика як виду спорту»	4-12
9. Вирішення проблемних ситуацій, аналіз виконаної роботи, виконання розрахункових завдань, виконання індивідуальних завдань під час практичних занять: №1 «Історія розвитку атлетизму», №2 «Гігієнічні вимоги до занять атлетизмом», №3 «Особливості побудови системи раціонального харчування при заняттях атлетичного спрямування».	4-12
10. Вирішення проблемних ситуацій, аналіз виконаної роботи, виконання розрахункових завдань, виконання індивідуальних завдань під час практичних занять: №4 «Спортивні обладнання та інвентар при заняттях атлетизмом», №5 « Методика розвитку силових здібностей», №6 «Тренувальне навантаження та педагогічний контроль».	4-12
11. Вирішення проблемних ситуацій, аналіз виконаної роботи, виконання розрахункових завдань, виконання індивідуальних завдань під час практичних занять: №7, №8 та №9 «Типи тілобудови та індивідуалізація тренувань».	4-12
12. Вирішення проблемних ситуацій, аналіз виконаної роботи, виконання розрахункових завдань, виконання індивідуальних завдань під час практичних занять: №10, №11, №12 та № 13 « Методика тренування окремих м'язових груп»	4-12

Інформаційне та навчально-методичне забезпечення	**Рекомендована література** **Основна** 1. Воронецький В. Б., Єдинак Г. А. Організація і методика занять студенток пауерліфтингом: навч. посібник. Кам'янець-Подільський: Оюм, 2017. 150 с. 2. Олійник Н. А., Дружинська О. О., Різдванецький В. Б. Фізичне виховання. Атлетичні види спорту. Навчальний посібник з фізичного виховання для вищих навчальних закладів. Вінниця: ВНАУ. 2020. 283 с. 3. Стеценко А. І., Гунько П. М. Теорія і методика атлетизму. Навчальний посібник. Черкаси: видавничий відділ Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького. 2011. 216 с. 4. Сорокін Ю. С., Черненко С. О. Теорія і методика викладання атлетизму: навчальний посібник. Краматорськ: ДДМА. 2019. 70 с. **Допоміжна** 1. Вправи з гантелями: Методичні рекомендації. 2-ге вид., доп. і перероб. Тернопіль: Навчальна книга Богдан, 2010. 64 с. 2. Корнієнко, С. Силова підготовка спортсменів-єдиноборців: деякі методичні аспекти проблеми. *Науковий вісник Ізмаїльського державного гуманітарного університету*, (56), 2021, С. 151-158. URL: http://visnyk.idgu.edu.ua/index.php/nv/article/view/498 3. Костюкевич В. М. Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту): навчальний посібник. Вінниця, Планер, 2014, 616 с. 4. Платонов В. М., Сучасна система спортивного тренування: підручник. Київ: Перша друкарня, 2021, 672 с. 5. Правила змагань з пауерліфтингу, 79 с., Постанова Кабінету Міністрів України від 02 липня 2014 року № 220 URL: https://ukrpowerlifting.com/wp-content/uploads/2020/11/Правила-пауерліфтинг-2020new.pdf 6. Розторгуй М.С., Товстоног О. Ф., Мельник Т. Г., Шандригось В.І., Попович О.І., Оліярник В.І. Особливості формування мотивації до спортивної діяльності у пауерліфтерів високої кваліфікації. Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова, випуск 5 (150) 2022 URL: https://spppc.com.ua/index.php/journal/article/view/788/774 7. Саєнко В. Г., Мішельман С. В. Швидкісно-силова підготовка в контактних видах східних єдиноборств. Державний заклад «Луганський національний університет імені Тараса Шевченка» Інститут фізичного виховання і спорту. Актуальні проблеми розвитку традиційних і східних єдиноборств : Зб. тез V Міжнар. (Інтернет) наук.-практ. метод. конф. Ат: Харків : Акад. ВВ МВС України, 2011. С. 53-58 Volume: 5, URL: https://www.researchgate.net/publication/308349409_Svidkisnosilova_pidgotovka_v_kontaktnih_vidah_shidnih_edinoborstv 8. Олешко В.Г. Силові види спорту: підруч. [для студ. вузів фіз. вих. і спорту]. Київ : Олімпійська література, 1999. 287 с. 9. Спортивне харчування http://tvoetilo.com.ua/sportyvne_harchuvannia.php 10. Бодібілдінг для новачків http://tvoetilo.com.ua/bodybuilding_dlia_novachkiv.php 11. Бодібілдінг вправи http://tvoetilo.com.ua/bodybuilding_vpravy.php
Локація	Згідно розкладу https://kpnu.edu.ua/rozklad-zaniat/