

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Чорноморський національний університет імені Петра Могили
Факультет фізичного виховання і спорту
Кафедра олімпійського та професійного спорту

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Перший проректор

Котляр Ю.В.

«01» 09 2022 року

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ СУЧАСНОЇ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ
Спеціальність 017 Фізична культура і спорт

Розробник

Н.Ю. Довгань

Завідувач кафедри розробника

Н. Ю. Довгань

Завідувач кафедри спеціальності

Н. Ю. Довгань

Гарант освітньої програми

Н. Ю. Довгань

Декан факультету

Ю. В. Тупеев

Начальник НМВ

С.І. Шкірчак

Миколаїв – 2022 рік

Опис навчальної дисципліни

Найменування показника	Характеристика дисципліни		
Найменування дисципліни	Актуальні проблеми сучасної підготовки спортсменів		
Галузь знань	01 «Освіта»		
Спеціальність	017 «Фізична культура і спорт»		
Спеціалізація (якщо є)			
Освітня програма	Фізична культура і спорт		
Рівень вищої освіти	Магістр		
Статус дисципліни	Нормативна		
Курс навчання	5		
Навчальний рік	2022-2023		
Номер(и) семестрів (триместрів):	Денна форма	Заочна форма	
	9	-	
Загальна кількість кредитів ЄКТС/годин	4 кредити / 120 годин		
Структура курсу:	Денна форма	Заочна форма	
	– лекції	20	-
	– семінарські заняття (практичні, лабораторні, півгрупові)	20	
	– годин самостійної роботи студентів	80	
Відсоток аудиторного навантаження	33 %		
Мова викладання	українська		
Форма проміжного контролю (якщо є)	-		
Форма підсумкового контролю	Залік (9 семестр)		

2. Мета, завдання та результати вивчення дисципліни.

Мета дисципліни «Актуальні проблеми сучасної підготовки спортсменів» формування уявлень у здобувачів другого освітнього ступеня (магістр) про теоретичні, прикладні та інструментальні аспекти забезпечення сучасної підготовки спортсменів, які відображають необхідність якісного росту рівня знань, професійних й особистісних якостей здобувачів вищої освіти й вимагають перегляду пріоритетів у системі їх професійної освіти.

Ефективність навчально-виховного процесу у закладі вищої освіти визначається за багатьма критеріями. Однак, самий головний серед них - співвідношення результатів підготовки майбутніх фахівців вимогам професійної діяльності, яку вони повинні здійснювати у професійної діяльності в сфері олімпійського та професійного спорту, підготовка кваліфікованого фахівця, що володіє системою загальнокультурних і професійних компетенцій, здатного і готового для самостійної спортивної професійної діяльності. Очевидність перегляду цілей навчання в системі освіти обумовлюється соціальним замовленням і сучасною системою потреб до підготовки фахівця - тренера. .

Завданнями вивчення дисципліни «Актуальні проблеми сучасної підготовки спортсменів » є:

1. Сформувані уявлення про сучасні і підходи та напрямки застосування підготовки спортсменів в галузі спорту.
2. Вміти розв'язувати широке коло проблем та задач шляхом розуміння фундаментальних основ спортивної науки та використання, як теоретичних так і експериментальних методів, що засвоєні з програми сучасної підготовки спортсменів
3. Навчити інтегрувати отримані знання, використовувати їх у майбутній професійній діяльності; сформувані вміння бачити резерви для подальшого вдосконалення організаційно-методичних основ спорту вищих досягнень у нашій країні з урахуванням найновіших досягнень науки і техніки;
3. Сприяти формуванню особистості майбутнього магістра фізичної культури і спорту, його професійної культури та ерудиції.

Курс «Актуальні проблеми сучасної підготовки спортсменів » повинен суттєво підсилити професійно-педагогічну підготовку в обраному виді спорту, розкрити технологію праці тренера з обраного виду спорту, викладача фізичної культури.

Розроблена програма відповідає освітній програмі та орієнтована на **формування компетентностей**:

Інтегральна компетентність (ІК) Здатність розв'язувати задачі дослідницького та/або інноваційного характеру у сфері фізичної культури і спорту.

ЗК 1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями

ЗК 4. Здатність працювати в команді.

ЗК 5. Здатність планувати та управляти часом.

ЗК 8. Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.

ЗК12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК13. Здатність оцінювати та забезпечувати якість виконуваних робіт.

Спеціальні (фахові, предметні) компетентності (СК)

СК 2 Здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях різного рівня.

СК 8 Здатність проводити біомеханічний аналіз рухових дій людини.

СК 12 Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.

СК 14 Здатність застосовувати сучасні технології управління суб'єктами сфери фізичної культури і спорту

СК 15 Здатність управляти процесами професійної діяльності реалізуючи сучасні методи наукових досліджень.

Передумови для вивчення дисципліни

Передумовами для вивчення дисципліни є дисципліни «Сучасні методи досліджень в спорті» є: «Актуальні проблеми фізичної культури і спорту», «Проектна діяльність у спорті», «Медико-біологічні забезпечення спорту вищих досягнень».

Очікувані результати навчання

Вивчення навчальної дисципліни передбачає формування та розвиток у студентів таких результатів навчання:

У результаті вивчення навчальної дисципліни « » студент повинен

знати:

- основні завдання сучасної діагностики в спорті;
- закономірності організації процесу психологічного -педагогічного, функціонального та біологічного діагностування в спорті;
- мету вимірювання біологічних показників спортсмена, процедури їх вимірювання;
- методи діагностики, які використовуються у спорті та їх класифікацію.

вміти:

- адекватно підбирати і застосовувати методики діагностики для вирішення науково-дослідних проблем в галузі фізичного виховання і спорту;
- самостійно визначати діагностичні ознаки;
- інтерпретувати результати діагностування та використовувати їх для вирішення науково-дослідних і практичних завдань;
- самостійно застосовувати доступні методи досліджень в практичній діяльності фахівця в галузі спорту;

3. Програма навчальної дисципліни.

Денна форма:

	Теми	Лекції	Практичні(семінарські, лабораторні, півгрупові)	Самостійна робота
1	Тема 1. Стан та перспективи розвитку сфери фізичної культури і спорту в Україні . Зарубіжний досвід управління сферою спорту.	2	2	10
2	Тема 2. «Сучасна проблематика основ теорії та методики спортивного тренування»	2	2	10
3	Тема 3. Загальна характеристика спортивного тренування	2	2	10
4	Тема 4. Спорт вищих досягнень: актуальні проблеми розвитку .	2	2	8
5	Тема 5. Засоби, методи та принципи спортивної підготовки.	2	2	10
6	Тема 6. Основні закономірності адаптації та їх значення у спортивній підготовці спортсменів. Головні ознаки навантаження, втомлення і відновлення у сучасній системі підготовки спортсменів.	4	4	8
7	Тема 7. Сучасна система спортивних змагань та змагальна діяльність у спорті : проблеми та перспективи розвитку.	2	2	8
8	Тема 8. Формування лідерських якостей у спорті, як головна ознака спортивних досягнень .	2	2	8
9	Тема 9. Позатренувальні та позазмагальні фактори у сучасній системі підготовки спортсменів. Допінг у спорті	2	2	8
	Всього за курсом	20	20	80

4. Зміст навчальної дисципліни

4.1. План лекцій

Денна форма

№	Тема заняття / план	Кількість годин
1	Тема 1. Стан та перспективи розвитку сфери фізичної культури і спорту в Україні . Зарубіжний досвід управління сферою спорту. 1.Сучасні проблеми організації управління сферою фізичної культури і спорту в умовах економічної кризи в Україні . 2. Аналіз результатів Олімпійських ігор, структурна модель управління та фінансування сфери фізичної культури в країнах переможцях Олімпіад. 3. Джерела фінансування сфери фізичної культури і спорту в Україні . 4. Зарубіжний досвід управління сферою спорту	2
2	Тема 2 . «Сучасні аспекти основ теорії та методики спортивного тренування з урахуванням особливостей конкурентоспроможної спортивної діяльності » 1. Основні положення сучасної системи спортивного тренування 2. . Мета і завдання спортивного тренування в сучасних умовах 3 Теоретичні основи спортивної підготовки спортсменів з урахуванням особливостей конкурентоспроможної спортивної діяльності. 4. Закономірності та принципи спортивного тренування 5. Методи спортивного тренування 6. Основні напрямки вдосконалення системи підготовки спортсменів. 7. Засоби та методи спортивного тренування.	4
3	Тема 3 . Загальна характеристика спортивного тренування. Моделювання у спортивному тренуванні 1. Теоретичні основи спортивного тренування. 2. Спортивна форма. 3. Система спортивного тренування. 4. Формами організації спортивного тренування. 5. Принципи спортивного тренування . 6. Види підготовки спортсмена. Моделювання у спортивному тренуванні	2
4	Тема 4 . Спорт вищих досягнень: актуальні проблеми розвитку . 1. Перспективні шляхи напрямів нормативно - правового стимулювання розвитку спорту вищих досягнень. 2. Підвищення ефективності функціонування спорту вищих досягнень згідно норм діючої редакції Закону України "Про фізичну культуру і спорт" та інших 3.Організаційні - педагогічні умови впровадження в систему підготовки	2

	<p>тренерів, викладачів з видів спорту здатних, до професійної самореалізації в умовах ринкової економіки</p> <p>4.Соціально-економічна група чинників як фактор впливу на міру професійної привабливості сфери фізичної культури та спорту.</p>	
5	<p>Тема 5. Засоби, методи та принципи спортивної підготовки.</p> <p>1. Засоби спортивної підготовки.</p> <p>2.Методи спортивної підготовки.</p> <p>3.Загальні й дидактичні принципи в системі спортивної підготовки.</p> <p>4.Специфічні принципи підготовки спортсменів.</p>	2
6	<p>Тема 6. Основні закономірності адаптації та їх значення у спортивній підготовці спортсменів. Головні ознаки навантаження, втомлення і відновлення у сучасній системі підготовки спортсменів.</p> <p>1. Фізіологічні та наукові основи спортивної підготовки..</p> <p>2. Основні закономірності адаптації та їх значення у спортивній підготовці спортсменів.</p> <p>2.Навантаження, втомлення і відновлення при м'язовій діяльності спортсменів.</p> <p>3. Основні закономірності зміни тренуваності спортсменів</p> <p>4.Понятійне визначення «мотиваційних пріоритетів» як важливого чинника успішної спортивної діяльності</p>	2
7	<p>Тема 7 . Сучасна система спортивних змагань та змагальна діяльність у спорті : проблеми та перспективи розвитку</p> <p>1. Значення змагань у системі підготовки спортсменів.</p> <p>2.Види спортивних змагань.</p> <p>3.Фактори, що впливають на перебіг та результат змагань. Поняття про спортивний результат.</p> <p>4.Тактика і стратегія змагальної діяльності спортсменів.</p>	2

8	<p>Тема 8. Формування лідерських якостей у спорті, як головна ознака спортивних досягнень .</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Теоретико-методологічні засади формування лідерських якостей у спорті 2. Категоріальне визначення поняття « лідер », « лідерських якостей у спорті » якості» та «якість особистості» 3. Сутність і структура лідерських якостей у спорті 4. Наукове обґрунтування організаційно-педагогічних умов формування лідерських якостей у спорті 5. Критерії, показники та рівні сформованості лідерських якостей у спорті 	2
9	<p>Тема 9. Позатренувальні та позазмагальні фактори у сучасній системі підготовки спортсменів. Допінг у спорті</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Загальна характеристика проблеми застосування поза - тренувальних та поза-змагальних чинників у системі підготовки і змагальної діяльності спортсменів. 2. Засоби відновлення та стимуляції працездатності. 3. Змагання та підготовка спортсменів у різних клімато - географічних і погодних умовах. 4. Травматизм і захворюваність у спорті. Матеріальне - технічне забезпечення підготовки спортсменів. 5. Допінг і боротьба з його використанням у спорті. 	2
	Разом	20

4.2. План практичних (семінарських, лабораторних, півгрупових) занять

№	Тема заняття / план	Кількість годин
1	<p>Тема 1 . Стан та перспективи розвитку сфери фізичної культури і спорту в Україні . Зарубіжний досвід управління сферою спорту.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Сучасні підходи управління сферою фізичної культури і спорту 2. Характер діяльності розвитку індустрії масового та професійного спорту, фізкультурно-спортивних організацій України. 3. Соціально-політичні та правові аспекти олімпійського спорту. 4. Джерела фінансування галузі з фізичної культури і спорту. 5. Сучасні проблеми та перспективи розвитку фізичної культури і спорту , здоров'я і професійної підготовки студентської молоді 	2

2	<p>Тема 2 . «Сучасні аспекти основ теорії та методики спортивного тренування з урахуванням особливостей конкурентоспроможної спортивної діяльності »</p> <p>1. Основні положення сучасної системи спортивного тренування</p> <p>2 . Мета і завдання спортивного тренування в сучасних умовах</p> <p>3.Теоретичні основи спортивної підготовки спортсменів з урахуванням особливостей конкурентоспроможної спортивної діяльності.</p>	2
3.	<p>Тема 2 . «Сучасні аспекти основ теорії та методики спортивного тренування з урахуванням особливостей конкурентоспроможної спортивної діяльності »</p> <p>1. Закономірності та принципи спортивного тренування</p> <p>2. Методи спортивного тренування</p> <p>3.Основні напрямки вдосконалення системи підготовки спортсменів.</p> <p>4.Засоби та методи спортивного тренування.</p>	2
4.	<p>Тема 3. Загальна характеристика спортивного тренування. Моделювання у спортивному тренуванні</p> <p>1.Теоретичні основи спортивного тренування.</p> <p>2.Система спортивного тренування.</p> <p>5.Принципи спортивного тренування .</p> <p>6.Види підготовки спортсмена. Моделювання у спортивному тренуванні (презентація)</p>	2
5.	<p>Тема 4 . Спорт вищих досягнень: актуальні проблеми розвитку .</p> <p>1.Основи економічного стимулювання діяльності спортсменів найвищої кваліфікації, які утворюють спортивний резерв у сфері фізичної культури і спорту .</p> <p>2. Визначення громадських організацій та об'єднань ,федерацій, добровільних спортивних товариств у розвитку відповідних видів спорту в сучасних умовах</p> <p>3. Оздоровче, виховне, практичне, професійно-прикладне значення видів спорту, які культивуються громадською організацією на рівні відповідної територіально-адміністративної одиниці</p>	2
6.	<p>Тема 5. Засоби, методи та принципи спортивної підготовки.</p>	2

	<p>1. Засоби спортивної підготовки.</p> <p>2.Методи спортивної підготовки.</p> <p>3.Загальні й дидактичні принципи в системі спортивної підготовки.</p> <p>4.Специфічні принципи підготовки спортсменів.</p>	
7.	<p>Тема 6. Основні закономірності адаптації та їх значення у спортивній підготовці спортсменів. Головні ознаки навантаження, втомлення і відновлення у сучасній системі підготовки спортсменів.</p> <p>1.. Основні закономірності адаптації та їх значення у спортивній підготовці спортсменів.</p> <p>2.Навантаження, втомлення і відновлення при м'язовій діяльності спортсменів.</p> <p>3..Понятійне визначення «мотиваційних пріоритетів» як важливого чинника успішної спортивної діяльності</p>	2
8	<p>Тема7 . Сучасна система спортивних змагань та змагальна діяльність у спорті : проблеми та перспективи розвитку</p> <p>1. Значення змагань у системі підготовки спортсменів.</p> <p>2.Види спортивних змагань.</p> <p>3.Фактори, що впливають на перебіг та результат змагань. Поняття про спортивний результат.</p> <p>4.Тактика і стратегія змагальної діяльності спортсменів.</p>	2
9.	<p>Тема 8. Формування лідерських якостей у спорті,як головна ознака спортивних досягнень .</p> <p>1.Аналіз теоретичних та емпіричних досліджень проблеми лідерства та виховання лідерських якостей у колективі (на збереження і зміцнення здоров'я спортсменів</p> <p>2. Особливості стилі поведінки й особисті якості в процесі змагальної діяльності</p> <p>3. Характеристика загальних лідерських якостей</p> <p>4. Організаційно-педагогічні умовами формування лідерських якостей особистості у спортивній діяльності (мета, зміст напрямів, форм, методів, засобів діяльності, ситуацій, обставин, соціального середовища тощо)</p>	2
10.	<p>Тема 9 . Позатренувальні та позазмагальні фактори у сучасній системі підготовки спортсменів. Допінг у спорті</p> <p>1.Загальна характеристика проблеми застосування поза - тренувальних та поза- змагальних чинників у системі підготовки і змагальної діяльності спортсменів.</p>	2

2.Змагання та підготовка спортсменів у різних клімато - географічних і погодних умовах.	
3.Травматизм і захворюваність у спорті. Матеріальне - технічне забезпечення підготовки спортсменів.	
4. Допінг і боротьба з його використанням у спорті	
Разом	20

4.3. Завдання для самостійної роботи

Самостійна робота.

Варіант 1 (25 завдань)

1. Завдання № 1. Оберіть правильну відповідь

Сукупність знань про основний зміст, форми побудови й умови спортивної підготовки дітей, підлітків, юнаків і дівчат, про найбільш суттєві та загальні для різних видів спорту закономірності даного педагогічного процесу називається „…………”,

≤ теорією спорту

≤ теорію і методикою фізичної культури

≤ теорію та методикою дитячого і юнацького спорту

≤ теорію і методикою фізичного виховання і спорту

2. Завдання № 2. Напишіть правильну відповідь

Змагальну діяльність, специфічною формою якої є система змагань, що історично сформувалась в галузі фізичної культури як спеціальна сфера виявлення уніфікованого порівняння людських можливостей має назву …

Правильний варіант відповіді: _____

3. Завдання № 3. Оберіть правильну відповідь

Впорядкована організація діяльності по забезпеченню максимального оздоровлення та удосконалення людини у сфері спорту називається

≤ спортивна діяльність

≤ змагальна діяльність

≤ спорт

≤ система спортивної підготовки

4. Завдання № 4. Оберіть правильну відповідь

Назвіть два основні напрямки розвитку сучасного спорту:

≤ професійний і аматорський спорт

≤ північний і південний напрямки

≤ напрямки прямо і на право

≤ спорт для всіх і спорт вищих досягнень

5. Завдання № 5. Поставте відповідність конкретного виду спорту і груп видів спорту за предметом змагання і характером рухової активності

1-а група - види спорту, які характеризуються активною руховою діяльністю з граничним проявом фізичних і психічних якостей	≤ Стрільба з луку
--	-------------------

2-а група - види спорту, операційну основу яких складають дії з управління спеціальними технічними засобами пересування	≤ Авіомоделювання
3-я група - види спорту, в яких рухова активність жорстко лімітована умовами поразки цілі зі спеціальної зброї	≤ Сучасне п'ятиборство
4-а група - види спорту, в яких співвідносяться результати модельно конструкторської діяльності спортсмена	≤ Гонки «Формули 1»
5-а група - види спорту, основний зміст яких визначається на змаганнях засобом абстрактно-логічної переваги над суперником	≤ Волейбол
6-а група – багатоборства, які складаються зі спортивних дисциплін, що входять в різні групи видів спорту	≤ Шахи

6. Завдання № 6. Спортивна підготовка становить єдину цілісну педагогічну систему з багатьма компонентами. Розставте компоненти даної системи в порядку їх функціонування

- ≤ Мета
- ≤ Етапи багаторічної підготовки
- ≤ Методи тренування
- ≤ Лікарсько-педагогічний контроль
- ≤ Види підготовки
- ≤ Основні дидактичні принципи тренування
- ≤ Засоби тренування
- ≤ Форми занять
- ≤ Мікроцикли
- ≤ Завдання
- ≤ Макроцикли
- ≤ Процес спортивного тренування
- ≤ Мезоцикли

7. Завдання № 7. Оберіть правильну відповідь

Функції спорту підрозділяються на загальні та специфічні. До специфічних функцій належать:

- ≤ змагально-еталонна
- ≤ евристично-переможна
- ≤ особистісно-направленого виховання, навчання і розвитку
- ≤ оздоровчо-рекреативна
- ≤ емоційно-видовищна
- ≤ соціальної інтеграції та соціалізації особистості
- ≤ комунікативна
- ≤ економічна

8. Завдання № 8. Оберіть правильну відповідь

Функції спорту підрозділяються на загальні та специфічні. До загальних функцій належать:

- ≤ змагально-еталонна

- ≤ евристично-переможна
- ≤ особистісно-направленого виховання, навчання і розвитку
- ≤ оздоровчо-рекреативна
- ≤ емоційно-видовищна
- ≤ соціальної інтеграції та соціалізації особистості
- ≤ комунікативна
- ≤ економічна

9. Завдання № 9. Оберіть правильну відповідь

Назвіть три періоди річного циклу підготовки спортсменів

- ≤ підготовчий, основний, заключний
- ≤ тренувальний, змагальний, відновлюваний
- ≤ підготовчий, змагальний, перехідний
- ≤ вступний, базовий, відновлюваний

10. Завдання № 10. Оберіть правильну відповідь

Оберіть організаційну форму тренувальних занять, в умовах якої спортсмени отримують завдання і виконують його самостійно із дотриманням оптимальних умов для індивідуального дозування навантаження, що сприяє вихованню самостійності й творчого підходу до тренування

- ≤ індивідуальна
- ≤ фронтальна
- ≤ групова
- ≤ самостійна

11. Завдання № 11. Оберіть правильну відповідь

Процес становлення спортивної форми містить три фази. Оберіть неправильну назву однієї з фаз:

- ≤ фаза стабілізації
- ≤ фаза удосконалення
- ≤ фаза тимчасової втрати
- ≤ фаза набуття

12. Завдання № 12. Оберіть правильну відповідь

Який з перелічених етапів не відноситься до етапів багаторічної підготовки спортсменів ?

- ≤ етап спортивного довголіття
- ≤ етап базової спортивної підготовки
- ≤ етап максимальної реалізації здібностей спортсмена
- ≤ етап початкової спортивної підготовки
- ≤ етап збереження і підтримки рівня досягнень спортивної майстерності

13. Завдання № 13. Розташуйте в хронологічній послідовності періоди річного циклу спортивного тренування

- ≤ : Підготовчий період
- ≤ : Змагальний період
- ≤ : Перехідний період

14. Завдання № 14. Оберіть правильну відповідь

Тренувальне заняття складається з трьох частин:

- ≤ підготовча, основна, заключна
- ≤ підготовча, змагальна, перехідна
- ≤ перша, друга, третя

≤ розминкова, тренувальна, відновлювана

≤ вступна, розвивальна, стабілізаційна

15. Завдання № 15. Оберіть правильну відповідь

Наявність двох етапів – загально-підготовчого і спеціально-підготовчого характерне для ...? періоду річного циклу спортивного тренування

≤ підготовчого

≤ змагального

≤ перехідного

16. Завдання № 16. Напишіть правильну відповідь

Основний зміст занять ... періоду річного циклу тренувань складає загальна фізична підготовка в режимі активного відпочинку, притаманна зміна направленості рухової діяльності і умов занять, відбувається зниження загального обсягу й інтенсивності тренувального навантаження. *Правильний варіант відповіді:*

17. Завдання № 17. Зазначте відповідність тривалості частин тренувального заняття

Основна частина	30-40 хвилин	
Заклучна частина	80-90 хвилин	
Підготовча частина	10-20 хвилин	

18. Завдання № 18. Напишіть правильну відповідь

Малий цикл тренування з тижневою або біля тижневою тривалістю, до якого входять від 2-х до 14-ти занять називається ...

Правильний варіант відповіді: _____

19. Завдання № 19. Напишіть правильну відповідь

Середній тренувальний цикл із тривалістю від 2-х до 6-ти тижнів, до якого входять відносно завершена низка малих циклів називається ...

Правильний варіант відповіді: _____

20. Завдання № 20. Оберіть відповідні визначення структурних одиниць навчально-тренувального процесу спортсменів

Мезоцикл	цикл тренування з тижневою або біля тижневою тривалістю, до якого входять від 2-х до 14-ти занять
Мікроцикл	тренувальний цикл із тривалістю від 2-х до 6-ти тижнів, до якого входять відносно завершена низка малих циклів
Макроцикл	Тренувальний цикл піврічної, річної або чотирирічної тривалості, пов'язаний з розвитком, стабілізацією та тимчасовою втратою спортивної форми, до якого входить завершена низка періодів і етапів

21. Завдання № 21. Оберіть правильну відповідь

Спортивна форма характеризується як ...

≤ стан оптимальної готовності спортсмена для досягнення спортивного результату

≤ найвище досягнення спортсмена в обраному виді спорту

≤ інвентар, устаткування і екіпіровка спортсмена для тренувальної діяльності

22. Завдання № 22. Оберіть правильну відповідь

В класифікації типів тренувальних мікроциклів не існує
нижчезазначеного типу:

- ≤ витягувальний
- ≤ базовий (загально- підготовчий)
- ≤ контрольно-підготовчий
- ≤ підвідний
- ≤ відновлюваний
- ≤ змагальний
- ≤ ударний
- ≤ полегшений

23. Завдання № 23. Оберіть правильну відповідь

... мікроцикл характеризується незначним сумарним навантаженням і спрямований на підготовку організму спортсмена до напруженої тренувальної роботи та застосовується на початку підготовчого періоду або після хвороби

- ≤ Втягувальний
- ≤ Базовий
- ≤ Контрольно-підготовчий
- ≤ Ударний
- ≤ Підвідний

24. Завдання № 24. Оберіть відповідність типів мезоциклів та їх характеристик

1. Передзмагальний (підвідний) мезоцикл	≤ призначений для поступової підготовки спортсмена до ефективного виконання специфічної тренувальної роботи й застосовується на початку спортивного сезону, після хвороби або травм, після вимушених перерв у тренувальному процесі
2. Відновлюваний мезоцикл	≤ спрямований на підвищення функціональних можливостей основних систем організму, на удосконалення фізичної, техніко-тактичної і психологічної підготовленості та становить базис для підготовчого періоду
3. Втягувальний мезоцикл	≤ призначений для остаточного становлення спортивної форми, удосконалення технічного потенціалу спортсмена, містить значний обсяг психологічної і тактичної підготовки та спрямований на моделювання режиму очікуваних змагань
4. Базовий мезоцикл	≤ проводиться після напруженої серії змагань, спрямований на виправлення існуючих недоліків, вирізняється зниженням обсягу змагальних вправ і навантажень та становить базис для перехідного періоду річного циклу тренування

25. Завдання № 25. Оберіть правильну відповідь

Визначте тренувальні засоби підготовки спортсменів

- ≤ силові, швидкісні, координаційні
- ≤ засоби легкої атлетики, гімнастики, єдиноборств, спортивних ігор
- ≤ прості, складні, комбіновані

- ≤ загально-підготовчі, спеціально-підготовчі, змагальні
- ≤ підвідні, імітаційні, основні

ВАРІАНТ 2 (25 завдань)

26. Завдання № 26. Оберіть правильну відповідь

Визначте метод, який входить переліку методів суворо регламентованої вправи:

- ≤ словесний метод
- ≤ метод цілісного вивчення
- ≤ стандартно-безперервний метод
- ≤ наочний метод
- ≤ ігровий метод

27. Завдання № 27. Оберіть правильну відповідь

Який з нижчеперелічених методів не входить до переліку методів навчання рухових дій :

- ≤ наочний метод
- ≤ перемінно-безперервний метод
- ≤ метод слова
- ≤ метод вивчення рухів по частинах
- ≤ метод вивчення рухів в цілому

28. Завдання № 28. Напишіть правильну відповідь

Спосіб організації вправи, за допомогою якого навантаження залишається незмінним як за обсягом, так і за інтенсивністю, а також відсутні паузи відпочинку, називається ...

Правильний варіант відповіді: _____

29. Завдання № 29. Напишіть правильну відповідь

Спосіб організації вправи, за допомогою якого навантаження змінюється за обсягом або інтенсивністю, а також існують паузи відпочинку однакової тривалості, називається ... Правильний варіант відповіді: _____

30. Завдання № 30. Напишіть правильну відповідь

Метод навчання руховим діям, за допомогою якого засвоєння відбувається шляхом розподілу прийому на окремі, більш прості рухові фази, а потім їх поєднання, називається методом ... Правильний варіант відповіді: _____

31. Завдання № 31. Зазначте відповідність тренувальних засобів підготовки спортсменів та їх назв

1. Спеціально-підготовчі засоби	≤ Кросовий біг для легкоатлета-спринтера
2. Матеріально-технічні засоби	≤ Подолання бігом дистанцій 30, 60, 80 метрів для легкоатлета спринтера
3. Змагальні засоби	≤ Подолання бігом дистанції 100 метрів у змагальному режимі
4. Засоби психологічного впливу	≤ Перебування і виконання тренувальних навантажень у середньогір'ї
5. Природні й середовищні засоби	≤ Баротерапія, гідротерапія, електростимуляція, раціональне харчування
6. Медико-біологічні засоби	≤ Ідеомоторні вправи, аутотренінг, релаксація

7. Загальнопідготовчі засоби	≤ Спортивні тренажери і прилади, контрольно-вимірювальна апаратура
------------------------------	--

32. Завдання № 32. Зазначте відповідність назв методів підготовки спортсменів та їх характеристик

1. Перемінно безперервний метод	≤ Сутність методу полягає у засвоєнні рухової дії в цілісній її структурі без розподілу на окремі фази
2. Метод цілісного вивчення рухових дій	≤ Сутність методу полягає у засвоєнні рухової дії по фазах, удосконаленні цих фаз і подальшому об'єднанні їх у цілісну рухову дію
3. Стандартно інтервальний метод	≤ Метод розвитку фізичних якостей, за допомогою якого навантаження не змінюється за обсягом і інтенсивністю, а також при організації вправ відсутні паузи відпочинку
4. Стандартно безперервний метод	≤ Метод розвитку фізичних якостей, за допомогою якого вправа зорганізується з незмінним обсягом або інтенсивністю, але мають місце паузи відпочинку між повтореннями
5. Метод вивчення рухової дії по частинах	≤ Метод розвитку фізичних якостей, за допомогою якого навантаження у вправі змінюється за обсягом або інтенсивністю, а паузи відпочинку відсутні
6. Коловий метод	≤ Метод організації вправ в ігровій формі із використанням різноманітних спортивних та рухливих ігор і естафет, а також спеціально організованих ігрових завдань
7. Ігровий метод	≤ Метод організації вправ за декількома «станціями», на яких по чергово відбувається розвиток фізичних якостей або удосконалення рухових навичок

33. Завдання № 33. Зазначте відповідність методів спортивного тренування і вправ, які організовані запропонованими методами

1. Біг 10 км в режимі: 100 м у повільному темпі (за 15-16 с) + 100 м у максимальному темпі (12-13 с)	≤ Стандартно-безперервний метод
2. Виконання баскетболістами човникового бігу 5 серій по 6 м (тривалість кожної серії - 20 с) з відпочинком між серіями 30- 45 с	≤ Ігровий метод
3. Біг 5 серій дистанцій: 100 м + 200 м + 300 м + 400 м + 500 м (відпочинок між серіями – 3 хв.)	≤ Перемінно-безперервний метод
4. Проведення естафет	≤ Змагальний метод

5. Складання контрольного тесту з бігу на 200 м	≤ Перемінно-інтервальний метод
6. Довготривалий кросовий біг у незмінному темпі	≤ Стандартно-інтервальний метод

34. Завдання № 34. Оберіть правильні відповіді

В процесі спортивного тренування вирізняють такі її компоненти:

- ≤ фізична підготовка
- ≤ спортивно-технічна підготовка
- ≤ спортивно-тактична підготовка
- ≤ психологічна підготовка
- ≤ теоретична підготовка
- ≤ ігрова підготовка
- ≤ змагальна підготовка
- ≤ інтелектуальна підготовка
- ≤ медична підготовка
- ≤ передзмагальна підготовка

35. Завдання № 35. Оберіть правильну відповідь

Основний зміст ... підготовки полягає у набутті юними спортсменами досконалої техніки в обраному виді спорту, надійності і стабільності виконання прийомів техніки

- ≤ технічної
- ≤ тактичної
- ≤ фізичної
- ≤ психологічної
- ≤ змагальної

36. Завдання № 36. Напишіть правильну відповідь

Основний зміст ... підготовки полягає у підвищенні функціональних можливостей організму спортсменів, оптимальний розвиток фізичних якостей, формування бази для оволодіння технікою і тактикою виду спорту

Правильний варіант відповіді: _____

37. Завдання № 37. Напишіть правильну відповідь

Система організаційно-методичних заходів комплексного характеру, до якої входять педагогічні, соціологічні, психологічні, медико-біологічні методи досліджень, за допомогою яких виявляються задатки та здібності дітей для спеціалізації в певному виді спорту називається ... Правильний варіант відповіді:

38. Завдання № 38. Оберіть правильну відповідь

Спортивна орієнтація – це ...

- ≤ система організаційно-методичних заходів комплексного характеру, на основі яких визначається вузька спеціалізація індивіда у певному виді спорту
- ≤ система заходів для визначення кращих спортсменів з метою визначення складу збірних команд різного рівня
- ≤ система організаційно-методичних заходів комплексного характеру, до якої входять педагогічні, соціологічні, психологічні, медико-біологічні методи дослідження, на основі яких виявляються задатки і здібності дітей для спеціалізації в спорті

39. Завдання № 39. Оберіть правильну відповідь

Процес відбору дітей до спортивної школи розподіляється на ... етапи (-ів)

≤ 3

≤ 4

≤ 5

40. Завдання № 40. Напишіть правильну відповідь

В процесі спортивного відбору оцінка рівня розвитку фізичних якостей, координаційних здібностей і спортивно-технічної майстерності відбувається за допомогою ... методів дослідження *Правильний варіант відповіді:* _____

41. Завдання № 41. Оберіть правильну відповідь

В процесі спортивного відбору морфофункціональні особливості, рівень розвитку, стан системи аналізаторів організму та стан здоров'я юних спортсменів визначають за допомогою ... методів дослідження

≤ медико-біологічних

≤ педагогічних

≤ психологічних

≤ соціологічних

42. Завдання № 42. Оберіть правильну відповідь

В процесі відбору отримати інформацію щодо спортивних інтересів дітей, розкрити причино наслідкові зв'язки формування мотивації до довготривалих занять і високих досягнень спортсменів дозволяють ... методи дослідження

≤ медико-біологічні

≤ педагогічні

≤ психологічні

≤ соціологічні

43. Завдання № 43. Оберіть правильну відповідь

Основна форма відбору кандидатів до збірних команд – це:

≤ тренувальні заняття

≤ медичні обстеження

≤ спортивні змагання

≤ голосування тренерської колегії

44. Завдання № 44. Оберіть правильну відповідь

Зазначте види планування навчально-тренувального процесу спортсменів

≤ перспективне, поточне, оперативне

≤ попереднє, етапне, підсумкове

≤ багаторічне, річне, місячне

≤ навчальне, проміжне, прикінцеве

45. Завдання № 45. Оберіть правильну відповідь

Планування – це ...

≤ система організаційно-методичних заходів комплексного характеру, на основі яких визначається вузька спеціалізація індивіда у певному виді спорту

≤ визначення умов, засобів, методів та організаційних форм вирішення завдань, що встановлюються перед процесом спортивної підготовки, прогнозування тих спортивних результатів, які мають бути досягнуті спортсменом

≤ система заходів комплексного характеру з визначення підготовленості спортсменів на всіх етапах навчально-тренувального процесу

46. Завдання № 46. Оберіть правильну відповідь

До переліку документів планування входять:

≤ журнал обліку занять, щоденник тренування, таблиця рекордів, протоколи змагань

≤ контрольні вправи, тести і нормативи

≤ річний план підготовки, план-конспект тренувального заняття, план тренування на тиждень або місяць

47. Завдання № 47. Оберіть правильну відповідь

До переліку документів оперативного планування спортсменів входять:

≤ план підготовки на 4 роки

≤ річний план підготовки

≤ план-конспект тренувального заняття

48. Завдання № 48. Напишіть правильну відповідь

З метою оцінювання ефективності засобів і методів тренування та визначення динаміки розвитку спортивної форми і прогнозування спортивних досягнень застосовується ... контроль *Правильний варіант відповіді:* _____

49. Завдання № 49. Напишіть правильну відповідь

Для оцінки стану здоров'я, ступені фізичного розвитку, біологічного віку, рівня функціональної підготовленості застосовується: ... контроль

Правильний варіант відповіді: _____

50. Завдання № 50. Розташуйте у відповідності: назви типів контролю та їх зміст

1. Етапний контроль	≤ Виявлення тренувального ефекту декількох занять
2. Поточний контроль	≤ Виявлення змін у стані спортсмена, протягом відносно довготривалого періоду тренування
3. Оперативний контроль	≤ Оцінка ефекту одного тренувального заняття

Теми творчо-пошукового завдання

1. Сучасні проблеми розвитку інфраструктури спорту України.
2. Перспективи розробки інвестиційних програм, державної підтримки, залучення приватних інвестицій у галузь спорту.
3. Організація і технологія управління спортом у системі районного територіально-адміністративного утворення:
4. Концептуальні засади системи державного управління фізичною культурою і спортом в Україні.
5. Методи теоретичного аналізу: вивчення нормативно-правових документів у сфері фізичної культури і спорту; вивчення літературних джерел з соціальних проблем спорту.

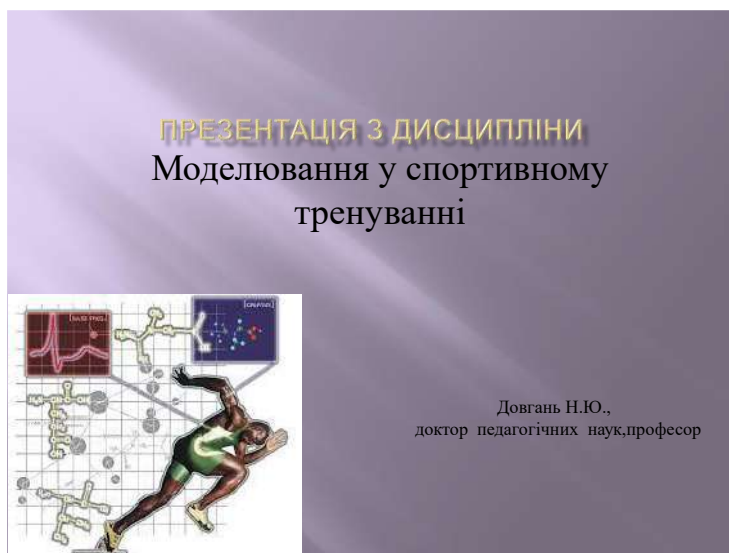
6. Науково - методологічні принципи у сфері спорту
7. Впровадження системи прогнозування розвитку галузі спорту .
8. Формування концепції особистісних цінностей людини і суспільного здоров'я : наукові сутність і орієнтири дослідження
9. Перспективні шляхи напрямів нормативно - правового стимулювання розвитку спорту вищих досягнень .
10. Підвищення ефективності функціонування спорту вищих досягнень згідно норм діючої редакції Закону України "Про фізичну культуру і спорт" та інших
11. Організаційні - педагогічні умови впровадження в систему підготовки тренерів, викладачів з видів спорту здатних, до професійної самореалізації в умовах ринкової економіки
12. Соціально-економічна група чинників як фактор впливу на міру професійної привабливості сфери фізичної культури та спорту,
13. Перспективні напрямки удосконалення системи багаторічної підготовки спортсменів найвищого класу
14. Розробка правового механізму підготовки та передачі спортсменів найвищої кваліфікації на усіх етапах професійного зростання
15. Особливості правового забезпечення та супроводу спортивної діяльності спортивних спорів у системі третейських судів.
16. «Спорт інвалідів» у сфері фізичної культури та спорту..
17. Основні напрями оздоровчої – рекреаційної діяльності орієнтування на ідею формування здорової особистості
18. Методики використання групових методів та засобів навчання, які сприяють зростанню позитивного ставлення до самовдосконалення та самореалізації, спрямованої на ведення спортивного вдосконалення .
19. Характеристика пізнавальних інтересів та потреб (створення інтелектуального фону навчання, використання ситуацій до успіху та уникнення невдач).
20. Особливості урахування вікових та індивідуальних особливостей спортсменів та персоніфікація процесу збереження здоров'я у спортивній діяльності .
21. Визначити величину та спрямованість навантаження окремого тренувального заняття.
22. Визначити рівень фізичної та функціональної підготовленості спортсменів.
23. Скласти план навчально-тренувального збору.
24. Скласти комплекс розминки для тренувального заняття.
25. Скласти тренувальні програми для розвитку фізичних якостей.
26. Скласти модельне тренувальне завдання.
27. Розробити моделі підготовленості спортсменів.
28. Скласти план тренувального мікроциклу.
29. Скласти модель відновлювального тренувального заняття

Теми рефератів

1. Тема 1. Система та структура підготовки спортсменів.

2. Основні поняття та загальна характеристика системи підготовки спортсмена.
3. Систематизація та класифікація видів спорту.
4. Система спортивних змагань.
5. . Структура змагальної діяльності спортсменів.
6. Тенденції розвитку спорту вищих досягнень та напрямки вдосконалення системи спортивної підготовки.
7. Адаптація в спортивному тренуванні.
8. .Втома та відновлення при м'язовій діяльності.
9. Навантаження у спортивному тренуванні.
10. .Засоби та методи спортивного тренування.
11. .Структура технічної підготовленості.
12. .Методика технічної підготовки.
13. .Структура тактичної підготовленості.
14. .Вдосконалення тактичної підготовленості.
15. ..Структура, методика розвитку та оцінка фізичних спроможностей.
16. .Структура та вдосконалення моральних та вольових якостей.
17. Структура та вдосконалення психічних можливостей.
18. Організація тренувального процесу у системі підготовки спортсменів.
19. .Методика побудови занять.
20. .Методика побудови мікроциклів. (Методика побудови мезоциклів. Види та загальна структура макроциклів. Періодизація тренування в окремому макроциклі.)
21. Сумарний обсяг та співвідношення роботи різної спрямованості на протязі року та макроциклу.
22. . Загальна структура багаторічної підготовки та факти, що її визначають.
23. . Тренування на різних етапах багаторічної підготовки.
24. . Основні напрямки інтенсифікації тренувального процесу в багаторічній підготовці. Динаміка навантажень і співвідношення роботи різної переважної спрямованості в процесі багаторічної підготовки.
25. Загальна характеристика проблеми відбору. (Особливості відбору та підготовки на першому етапі багаторічного вдосконалення. Особливості відбору та підготовки на другому етапі багаторічного вдосконалення. Особливості відбору та підготовки на третьому етапі багаторічного вдосконалення.)
26. Позатренувальні та позазмагальні фактори в системі підготовки спортсменів.
27. Нові технології у фізичному вихованні і спорті.
28. .Підготовка спортсменів в умовах середньогір'я та високогір'я, штучне гіпоксичне тренування.
29. .Підготовка спортсменів в умовах підвищених та низьких температур.
30. .Підготовка спортсменів в умовах десинхронізації та ресинхронізації циркадних ритмів. Матеріально-технічне забезпечення підготовки спортсменів. Наукове обладнання під час підготовки спортсменів.
31. .Класифікація фітнес-програм. Сучасні технології у спорті.
32. .Сучасні технології оптимізації тренувального процесу у спорті вищих досягнень..
33. Засоби відновлення. Основні положення застосування відновлювальних засобів.
34. .Основи харчування.
35. . Допінг у спорті, історія виникнення та боротьба із вживанням.
36. .Класифікація допінгових препаратів.
37. .Харчові добавки та регулювання маси тіла.
38. .Антидопінговий контроль. Фармакологічне забезпечення спорту.

Презентація (Приклад)



4.4. Забезпечення освітнього процесу

Навчально-методичний матеріал: конспекти лекцій та практичних занять.

Мережа Інтернет: доступ до сайтів університетів фізичної культури, платформа Moodle

Методи навчання: пояснювально-ілюстративний, проблемного викладення (розповідь, пояснення, вказівки, розбір, презентація).

Методи оцінювання: усне опитування, практична перевірка, презентація результатів виконання завдань (усне опитування, захист індивідуальних завдань, презентації).

5. Підсумковий контроль

Перелік питань підсумкового контролю

1. Місце спорту в загальній культурі людства.
2. Основні завдання, які вирішує спорт в суспільстві.
3. Форми і засоби, методи у спортивній діяльності.
4. Основні чинники, що впливають на формування та розвиток галузевої терміносистеми.
5. Основні термінологічні поняття галузі спорту
6. Історичні особливості розвитку фізичної культури в різних регіонах України.
7. Проблеми розвитку спорту в Україні.
8. Основні документи, що регулюють діяльність у галузі фізичної культури спорту в Україні.
9. Визначальні засади Закону України "Про фізичну культуру і спорт".
10. Органи, які несуть відповідальність за розроблення і впровадження державних програм розвитку фізичної культури і спорту
11. Структура діяльності фізкультурно-спортивних організацій України.
12. Матеріально-технічна база спортивних організацій.
13. Характер діяльності фізкультурно-спортивних організацій України.
14. Джерела фінансування галузі спорту.
15. Науково-інформаційне забезпечення галузі спорту.

16. Фахові спеціальності, спеціалізації і посади фахівців галузі фізичної культури і спорту.
17. Взаємозв'язок між фізичною активністю людини та станом її здоров'я
18. Стан та перспективи розвитку фізкультурно-оздоровчої діяльності в Україні.
19. Фізкультурно-оздоровча діяльність різних верств населення за місцем проживання : спортивні школи, спортивні та оздоровчі клуби, фітнес-центри .
20. . Сучасні проблеми організації управління сферою фізичної культури і спорту в умовах економічної кризи в Україні .
21. . Аналіз результатів Олімпійських ігор, структурна модель управління та фінансування сфери фізичної культури в країнах переможцях Олімпіад.
22. Джерела фінансування сфери фізичної культури і спорту в Україні .
23. . Комплекс заходів щодо підвищення результативності функціонування в Україні закладів фізичної культури та спорту
- 24.** . Аналіз дослідження проблеми управління сферою фізичної культури і спорту науковому дискурсі в Україні.
25. Проблеми вдосконалення механізмів розвитку дитячо-юнацького спорту в Україні
26. . Пріоритетні напрями регулювання дитячого спорту в законодавчій сфері фізичної культури і спорту
27. Шляхи вдосконалення фінансування галузі фізичної культури і спорту через систему дитячо-юнацького спорту в Україні
28. Основні види діяльності дитячо-юнацького спорту в Україні
29. Категоріальне визначення поняття «сучасний підхід »
30. Ознаки фізкультурно-спортивного середовища, як реалізація фізичного, духовного формування і саморозвитку здорової особистості.
31. Перспективні напрями удосконалення системи багаторічної підготовки спортсменів найвищого класу.
32. Розробка правового механізму підготовки та передачі спортсменів найвищої кваліфікації на усіх етапах професійного зростання
33. Особливості правового забезпечення та супроводу спортивної діяльності спортивних спорів у системі третейських судів.
34. . «Спорт інвалідів» у сфері фізичної культури та спорту.
35. Аналіз теоретичних та емпіричних досліджень проблеми лідерства та виховання лідерських якостей у колективі (на збереження і зміцнення здоров'я спортсменів
36. Особливості стилі поведінки й особисті якості в процесі змагальної діяльності
37. Характеристика загальних лідерських якостей
38. . Організаційно-педагогічні умовами формування лідерських якостей
39. Особистості у спортивній діяльності (мета, зміст напрямів, форм, методів, засобів діяльності, ситуацій, обставин, соціального середовища тощо) .
40. Сутність фітнес-технологій у розвитку рухової активності здобувачів вищої освіти .
41. . Категоріальне визначення поняття «рухова активність».
42. . Спортивно-орієнтований підхід до застосування фітнес-технологій на заняттях спортом
43. Категоріальне визначення поняття «мотивація», « мотивації здобувачів вищої освіти на здоров'язбереження ».
44. .Сучасні тенденції формування наукових уявлень про мотивацію як психічне явище розвитку особистості у сфері фізичної культури .
45. . Сучасні технології оптимізації тренувального процесу у спорті вищих досягнень.

Приклад залікового білету

Чорноморський національний університет імені Петра Могили

Освітньо-кваліфікаційний рівень – магістр

Галузь знань: 01 «Освіта»

Спеціальність: 017 Фізична культура і спорт

Навчальна дисципліна – «Сучасні методи дослідження в спорті»

ЗАЛІКОВИЙ БІЛЕТ № 0

1. . Дайте визначення таким поняттям як: відновлення, стомлення, втома, перевтома?
2. Які ви знаєте засоби відновлення спортивної працездатності?
3. Як здійснюється планування медико-біологічних засобів відновлення спортивної працездатності на оперативному, поточному і етапному рівнях?

Затверджено на засіданні кафедри олімпійського та професійного спорту

№ ____ від _____

Завідувач кафедри

Розробник

6. Критерії оцінювання та засоби діагностики результатів навчання

№	Вид діяльності (завдання)	Максимальна кількість балів
1	Відповіді на групових заняттях 10 по 3 бали	30
2	Творчо-пошукове завдання	10
3	Підготовка та проведення презентації	5
4	Тести (1 тест - 1 бал)	25
5	Реферат	10
6	Залік	30
	Всього	100

Усна відповідь

3 бали - відповідь правильна, повна, логічна, містить аналіз, систематизацію, узагальнення, використані міжпредметні зв'язки, містить аргументовані висновки

2 бали - студент відтворює значну частину навчального матеріалу, висвітлює його основний зміст, виявляє елементарні знання окремих положень, але не здатний до глибокого, всебічного аналізу, обґрунтування та аргументації, не користується необхідною літературою, допускає істотні неточності та помилки

1 бал - відповідь має суттєві помилки, аргументи не сформульовані, використовуються невірна термінологія

Задачі

у 2-х варіантах(1 варіант-25 завдань) : за кожну правильну відповідь нараховується 1 бал (25 балів)

Залік – 30 балів:

За правильну повну відповідь на кожне питання нараховується:

14-15 балів: глибоке засвоєння програмного матеріалу; повна відповідь на питання;

11-13 балів: повне засвоєння програмного матеріалу і вміння орієнтуватися в новому; змістовні відповіді на запитання;

7-10 балів: часткове, неповне висвітлення змісту питання; неточність при відповіді; є розуміння основних положень матеріалу.

3-6 балів: за не опанування значної частини програмного матеріалу;

0-2 бали: незнання теорії основних питань і термінів;

Творчо-пошукове завдання.

Критерії оцінювання:

У 16-20 балів оцінюється робота, яка має обсяг 12, або більше сторінок; проблема, яка розглядається, викладена повно, послідовно, логічно; список використаної наукової літератури (перелік сайтів) нараховує 16-18 джерел, серед яких є 4 джерела - фахові періодичні видання щодо наукових досліджень в галузі спорту протягом 2016-2022 рр. Список використаної наукової літератури відповідає сучасним правилам оформлення бібліографії (2015). Посилання на джерела по тексту обов'язкове.

У 12-16 балів оцінюється робота, яка має обсяг 10 сторінок; тема в ній викладена досить повно, але є певні недоліки у логіці викладу; бібліографічний список нараховує 15-16 джерел (2 джерела за останні 5 років, по тексту є посилання на джерела), відповідає сучасним правилам, але містить певні помилки.

У 8-12 балів оцінюється робота, яка має обсяг 8 сторінок; тема в ній викладена досить повно, але є певні недоліки у логіці викладу; бібліографічний список нараховує 10 джерел, відповідає сучасним правилам, але містить певні помилки.

У 4-8 балів оцінюється робота, якщо обсяг її є недостатнім для викладення проблеми, і тому проблема розглядається поверхово; у бібліографічному списку менше чотирьох наукових джерел і є помилки.

У 0-4 бали оцінюється робота, якщо тема її не розкрита, або викладається матеріал не за темою, у бібліографічному списку менше 4 наукових джерел, які не можна вважати сучасними та науковими.

Реферат .

Критерії оцінювання:

1. У 9-10 балів оцінюється реферат, який має обсяг 12, або більше сторінок; проблема, яка в ньому розглядається, викладена повно, послідовно, логічно; список використаної наукової літератури нараховує 6-8 джерел, серед яких є 2 джерела - фахові періодичні видання щодо наукових досліджень в галузі спорту протягом 2016-2020 рр. Список використаної наукової літератури відповідає сучасним правилам оформлення бібліографії. Посилання на джерела по тексту обов'язкове!

2. У 7-8 балів оцінюється реферат, який має обсяг 10 сторінок; тема реферату викладена досить повно, але є певні недоліки у логіці викладу; бібліографічний список нараховує 5-6 джерел (2 джерела за останні 5 років, по тексту є посилання на джерела), відповідає сучасним правилам, але містить певні помилки.

3. У 5-6 балів оцінюється реферат, який має обсяг 8 сторінок; тема реферату викладена досить повно, але є певні недоліки у логіці викладу; бібліографічний список нараховує 4-5 джерел, відповідає сучасним правилам, але містить певні помилки.

4. У 3-4 бали оцінюється реферат, коли обсяг реферату є недостатнім для викладення обраної проблеми, і тому проблема розглядається поверхово; у бібліографічному списку менше чотирьох наукових джерел і є помилки.

5. У 0-2 бали оцінюється реферат, якщо тема реферату нерозкрита, або викладається матеріал не за темою, у бібліографічному списку менше 2 наукових джерел, і він подається не за сучасними правилами

Презентація

Презентація включає підготовку слайдів, максимальна кількість балів – 5 балів.

У 5 балів оцінюється робота, що містить 12-16 слайдів; проблема, яка розглядається, розглянута послідовно, логічно, при підготовці використані сучасні джерела (наукові статті в пер. виданнях);

У 4 бала оцінюється робота, що містить до 12 слайдів; тема викладена досить повно, але є певні недоліки у логіці викладу; при підготовці використані сучасні джерела;

У 3 бали оцінюється презентація, обсягом який має обсяг до 10 слайдів; проблема розглянута досить повно, але є певні недоліки у логіці викладу; інформація з джерел «застаріла», в презентації є певні помилки оформлення.

У 2 бали оцінюється презентація, коли її обсяг є недостатнім для викладення обраної проблеми, тема розглядається поверхово; джерел не достатньо для розкриття теми, присутні помилки в оформленні.

У 0-1 бали оцінюється презентація, в якій тема нерозкрита, або викладається матеріал не за темою, джерела не відповідають критеріям науковості та сучасності.

7. Рекомендовані джерела інформації

7.1. Основна:

1. Довгань Н.Ю. Фізичне виховання: проблеми та перспективи: монографія за загальною редакцією заслуженого діяча науки і техніки України ,доктора педагогічних наук, професора Г.П. Грибана,/Довгань Н.Ю. розділ колективної монографії (8-19с) - Житомир:Рута, 2020. -384с.
2. Костюкевич.М. Теорія і методика тренування спортсменів високої кваліфікації: Навчальний посібник / В.М. Костюкевич/ – Вінниця: «Планер», 2007.-273 с.
3. Костюкевич В.М. Метрологічний контроль у фізичному вихованні та спорті: Навчальний посібник / В.М. Костюкевич, Л.М. Шевчик, О.Г. Сокольвак. – Вінниця: ТОВ «Нілан-ЛТД», 2015. – 256 с.
4. Основи науково-дослідної роботи здобувачів вищої освіти за спеціальністю Фізична культура і спорт / В. М. Костюкевич, О. А. Шинкарук, В. І. Воронова, О. В. Борисова; за заг. ред. В. М. Костюкевича, О. А. Шинкарук. – Київ: Олімпійська література, 2018. – 613 с.
5. Маліков М.В., Сватъев А.В., Богдановська Н.В. Функціональна діагностика у фізичному вихованні і спорті [Електронний ресурс]: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів Запоріжжя: ЗДУ, 2006. 227с. Режим доступу: <https://chmnu.edu.ua/wp-content/uploads/2016/07/Malikov-M.-V.-ta-inshi-Funktsionalna-diagnostika-u-FV-i-sporti.pdf>

7.2. Додаткова:

7. Державна національна програма «Освіта» 2017 (Україна ХХІ століття) Постанова Кабінету Міністрів України
8. Закон України „Про освіту” // Освіта. – 2017.
9. Закон України „Про фізичну культуру та спорт” , - К: 2015. С.80
10. Круцевич Т.Ю. Предмет і зміст теорії і методики фізичного виховання: курс лекцій для студентів, аспірантів та слухачів підвищення кваліфікації, викладачів фіз. виховання/ Т.Ю. Круцевич. – К.: НУФВС, 2001 – 25с.
11. Фабрі З. Й., Чернов В. Д. Біохімічні основи фізичної культури і спорту: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів фізичної культури і спорту. – Вид. 2-е, доп. і перероб. – Ужгород: Ужгородський національний університет; Вид-во СП "ПоліПрінт", 2014. – 91 с.
12. Оцінювання психофізіологічних станів у спорті [Електронний ресурс]: монографія / Георгій Коробейніков, Євген Приступа, Леся Коробейнікова, Юрій Бріскін. Л.: ЛДУФК, 2013. 312 с. Режим доступу: <http://reposit.unisport.edu.ua/bitstream/handle/787878787/1232/Коробейніков.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

7.3. Інформаційні ресурси:

11. Закон України «Про вищу освіту».
<http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/1556-18>.
12. Національна рамка кваліфікацій. Додаток до постанови Кабінету Міністрів України від 23 листопада 2011 р. № 1341. <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/1341-2011-п>.
13. ESG – http://ihed.org.ua/images/pdf/standards-and-guidelines_for_qa_in_the_ehea_2015.pdf.
14. ISCED-F (МСКО-Г) 2013 – <http://www.uis.unesco.org/Education/Documents/isced-fields-of-education-training-2013.pdf>.
15. Наказ МОН України від 01.06.2016 за №600 «Про затвердження та введення в дію Методичних рекомендацій щодо розроблення стандартів вищої освіти» - http://old.mon.gov.ua/files/normative/2016-06-01/5555/nmon_600.zip
16. Наказ МОН України від 31.05.2016 за №506 Про затвердження Переліку предметних спеціалізацій спеціальності 014 «Середня освіта (за предметними спеціалізаціями)», за якими здійснюється формування і розміщення державного замовлення та поєднання спеціальностей (предметних спеціалізацій) в системі підготовки педагогічних кадрів. - <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/z0798-16>
17. Порядок внесення інформації, яка повинна міститися в документах про вищу освіту державного зразка. Постанова Кабінету міністрів України від 5 травня 2016 р. № 325: <http://www.kmu.gov.ua/control/uk/cardnpd?docid=249014993/>

7.4. Міжнародні видання:

18. Griban, G., Lyakhova, N., Tymoshenko, O., Domina, Zh., Dovgan, N., Kruk, M., Mychka, I., Tkachenko, P., Semeniv, B., Grokhova, G., Zelenenko, N., Prontenko, K. (2020). Current state of students' health and its improvement in the process of physical education. *Wiadomości Lekarskie*, 73 (7), 1438-1447. doi: 10.36740/WLek202007124.
19. Arefiev, V., Tymoshenko, O., Domina, Zh., Malechko, T., Arefieva, L., Pliushchakova, O., Dzenzeliuk, D., Dovgan, N., Griban, G., Prontenko, K. (2019). Differentiated approach to physical education of adolescent students. *Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*. Año: VII, Número: Edición Especial, Artículo no.:15, Período: Diciembre, 2019.
21. Довгань, Н. Ю. (2016а). Зміст фізичного виховання студентів ВНЗ у процесі позааудиторної діяльності. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка*, 139. Т. II, 50–55.