

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



РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ В РІЗНИХ ВИДАХ
СПОРТУ

Спеціальність 017 Фізична культура і спорт

Розробник		Харченко-Баранецька Л.Л.
Завідувач кафедри розробника		Довгань Н.Ю.
Завідувач кафедри спеціальності		Довгань Н.Ю.
Гарант освітньої програми		Довгань Н.Ю.
Декан факультету ФВіС		Тунсєв Ю.В.
Начальник НМВ		Шкірчак С.І.

м. Миколаїв – 2024 рік

1. Опис освітньої компоненти

Найменування показника	Характеристика дисципліни	
Найменування дисципліни	Теорія та методика тренувального процесу в різних видах спорту	
Галузь знань	01 Освіта	
Спеціальність	017 Фізична культура і спорт	
Спеціалізація (якщо є)		
Освітня програма	Фізична культура і спорт	
Рівень вищої освіти	Другий (магістерський)	
Статус дисципліни	Обов'язкова	
Курс навчання	5	
Навчальний рік	2024 – 2025 н.р.	
Номер(и) семестрів (триместрів):	Денна форма	Заочна форма
	9	-
Загальна кількість кредитів ЄКТС/годин	4 кредити / 120 годин	
Структура курсу:	Денна форма	Заочна форма
	15	-
	30	-
	75	-
Мова викладання	Українська	
Форма проміжного контролю (якщо є)	-	
Форма підсумкового контролю	Іспит	

2. Мета, завдання, компетентності та програмні результати вивчення освітньої компоненти

Анотація курсу. Освітня компонента «Теорія та методика тренувального процесу в різних видах спорту» є обов'язковою

компонентою освітньої програми «Фізична культура і спорт», яка передбачає підготовку магістрів з фізичної культури, фахівців в галузі фізичного виховання та спорту тренерів з певних видів спорту. Зміст курсу – набуття теоретичних знань з системи підготовки спортсменів в різних видах спорту, засобів та методів спортивного тренування, що застосовуються в різних циклічних та ациклічних видах спорту, основних принципів, що застосовуються в роботі зі спортсменами різного рівня підготовленості, критеріїв спортивного відбору талановитих спортсменів до занять різними видами спорту, необхідності та можливості використання різноманітного обладнання та інвентарю в тренувальній роботі спортсменів в обраному виді спортивної діяльності. Під час вивчення дисципліни здобувачі вищої освіти оволодівають навичками роботи тренера, а саме: планування спортивного тренування, моделювання та прогнозування ефективності тренувальної роботи та побудови тренувального процесу, розвитку фізичних якостей, навчання техніки та вдосконалення техніко-тактичних дій, психологічної підготовки, визначення величини навантаження для спортсменів та контролю за рівнем підготовленості на прикладі певних видів спорту олімпійського характеру.

Мета освітньої компоненти «Теорія та методика тренувального процесу в різних видах спорту» є набуття здобувачами вищої освіти теоретико-методичних знань з основних питань підготовки спортсменів різної кваліфікації на прикладі олімпійських видів спорту, відбору до занять різними видами спорту, вивчені основних аспектів розвитку фізичних якостей спортсменів, навчання та вдосконалення техніки видів спорту, організації та побудови спортивного тренування та змагальної діяльності, оволодінні методами планування та організації спортивного тренування.

Основними **завданнями** вивчення освітньої компоненти «Теорія та методика тренувального процесу в різних видах спорту» є:

- 1) ознайомлення з найбільш поширеними загальними тенденціями спортивного тренування в різних видах спортивної діяльності (олімпійського характеру);
- 2) вміння аналізувати актуальні методики спортивного тренування в різних видах спорту (олімпійського характеру).
- 3) формування вмінь і навичок самостійного аналізу наукової, нормативної та методичної літератури з методичних основ спортивного тренування в різних видах спорту.
- 4) використання сучасних методів та технологій, необхідних для вирішення завдань в спортивного тренування в різних видах спорту.

Об'єкт освітньої компоненти - інформаційний спектр сфери системи спортивного тренування по видах спорту.

Предметом вивчення освітньої компоненти є: формування знань, щодо розвитку успішної гармонійної особистості, конкурентоспроможного фахівця з високим рівнем професійної компетентності у сфері фізичної культури і спорту.

Вивчення компоненти є необхідною умовою для формування спеціальних компетенцій магістра з фізичної культури та спорту.

Методи та форми навчання.

Робоча програма освітньої компоненти передбачає викладання матеріалу у вигляді: бесіди, диспутів, дискусій, пояснювально-ілюстративного методу. Основними формами

навчання є лекції, практичні заняття, індивідуально-консультаційна робота під керівництвом викладача та самостійна робота здобувача вищої освіти.

Для досягнення навчальних завдань, загального розвитку особистості, професійної її підготовки доцільно використовувати різні **методи навчання**, а саме: вербальний, наочний, практичні методи; організації пізнавальної діяльності (частково-пошуковий, дослідницький); методи стимулювання та мотивації навчання (пізнавальні та навчальні дискусії, імітаційні); методи контролю і самоконтролю (усний, письмовий, тестування тощо)

Розроблена програма відповідає освітній програмі спеціальності 017 Фізична культура і спорт та орієнтована на **формування наступних компетентностей**:

Інтегральна компетентність - здатність розв'язувати задачі дослідницького та/або інноваційного характеру у сфері фізичної культури і спорту.

Загальні компетентності:

ЗК 1. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.

ЗК 3. Здатність до адаптації та дії в новій ситуації

ЗК 4. Здатність виявляти, ставити та вирішувати проблеми.

ЗК 5. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).

ЗК 7. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети

Спеціальні (фахові) компетентності:

СК 4. Здатність управляти робочими або навчальними процесами у сфері фізичної культури та спорту, які є складними, непередбачуваними та потребують нових стратегічних підходів.

СК 5. Здатність розв'язувати проблеми у сфері фізичної культури та спорту у нових або незнайомих середовищах за наявності неповної або обмеженої інформації з урахуванням аспектів соціальної та етичної відповідальності.

СК 6. Здатність планувати, організовувати та здійснювати самостійні наукові дослідження з проблем фізичної культури і спорту.

СК 9. Усвідомлювати принципи професійної та академічної етики і необхідність їх дотримання

Передбачені наступні програмні результати навчання.

РН 2. Приймати ефективні рішення щодо вирішення проблем у сфері фізичної культури та спорту, генерувати та порівнювати альтернативи, оцінювати ризики та ресурсні потреби.

РН 6. Відшуковувати необхідну інформацію у науковій літературі, базах даних, інших джерелах, аналізувати та оцінювати цю інформацію.

РН 8. Організовувати ефективну роботу колективу, спрямовану на досягнення визначених цілей з урахуванням економічних, правових та етичних аспектів.

РН 9. Розробляти та реалізовувати наукові і прикладні проекти, спрямовані на розв'язання проблем інноваційного характеру у сфері фізичної культури і спорту, а також дотичні до неї міждисциплінарні проекти.

Технічне й програмне забезпечення /обладнання. Заняття у 2023-2024 навчальному році відбуваються дистанційно в Online форматі в Zoom режимі. Також передбачена синхронна і асинхронна форми виконання заданого матеріалу здобувачам вищої освіти на платформі Moodle.

3. Програма освітньої компоненти

Денна форма:

	Теми	Лекції (год.)	Практичні (групові)	Самостійна робота

			(год.)	(год.)
9 семестр				
1	Загальна характеристика спорту і спортивної діяльності.	2	4	5
2	Основи тренувального процесу у веслувальному спорті.	2	4	10
3	Особливості тренувального процесу у спортивному плаванні	2	4	10
4	Особливості тренувального процесу в спортивній гімнастиці.	2	4	10
5	Система спортивного тренування в легкій атлетиці.	2	4	15
6.	Теорія та методика тренувального процесу в спортивних іграх	2	4	10
7.	Теорія та методика тренувального процесу в одноборствах.	2	4	10
8.	Теорія та методика тренувального процесу в обраному виді спорту	1	2	5
Всього за семестр		15	30	75
Проведення екзаменаційної консультації		1		
Проведення семестрових екзаменів		3		

**Зміст освітньої компоненти
4.1.План лекцій**

№	Тема заняття / план
9 семестр	

1.	Тема 1. Загальна характеристика спорту і спортивної діяльності. 1. Вступ до освітньої компоненти «Теорія та методика тренувального процесу в різних видах спорту». 2. Основні поняття, що стосуються спорту. Класифікація видів спорту. 3. Соціальні функції спорту. Основні напрями в розвитку спортивного руху.	2
2.	Тема 2. Основи тренувального процесу у веслувальному спорті. 1. Історичний експурс. 2. Види веслувального спорту. 3. Система спортивного відбору у види веслувального спорту. 4. Етапи багатолітньої підготовки веслувальників. 5. Засоби і методи спортивного тренування веслярів. 6. Система контролю спортсменів у веслувальному спорті.	2
3.	Тема 3. Особливості тренувального процесу у спортивному плаванні. 1. Історичний експурс. 2. Спортивна спеціалізація в плаванні. 3. Система спортивного відбору і спортивної орієнтації в плаванні. 4. Етапи багатолітньої підготовки плавців. 5. Засоби і методи спортивного тренування плавців різної спортивної спеціалізації і спортивної кваліфікації. 6. Система контролю в спортивному плаванні.	2
4.	Тема 4. Особливості тренувального процесу в спортивній гімнастиці. 1. Історичний експурс. 2. Види гімнастики. 3. Система спортивного відбору в гімнастиці. 4. Етапи багатолітньої підготовки в гімнастиці. 5. Засоби і методи спортивного тренування гімнастів.	2

	6. Система контролю в гімнастиці.	
5.	Тема 5. Система спортивного тренування в легкій атлетиці. 1. Історичний екскурс. 2. Спортивна спеціалізація в легкій атлетиці. 3. Система спортивного відбору в легку атлетику. 4. Етапи багатолітньої підготовки в легкій атлетиці. 5. Засоби і методи спортивного тренування в легкій атлетиці. 6. Система контролю легкоатлетів.	2
6.	Тема 6. Теорія та методика тренувального процесу в спортивних іграх.. 1. Історичний екскурс. 2. Система спортивного відбору в баскетболі, волейболі, футболі. 3. Етапи багатолітньої підготовки в баскетболі, волейболі, футболі. 4. Засоби і методи спортивного тренування спортсменів ігрових видів спорту. 5. Система контролю.	2
7.	Тема 7. Теорія та методика тренувального процесу в одnobорствах (на прикладі вільної боротьби). 1. Історичний екскурс. 2. Система спортивного відбору у вільну боротьбу. 3. Етапи багатолітньої підготовки у вільній боротьбі. 4. Засоби і методи спортивного тренування у вільній боротьбі. 5. Система контролю борців.	2
8.	Тема 8. Модельні особливості тренувального процесу в циклічних і ациклічних видах спорту. 1. Основи спортивного відбору. Сучасні тенденції. 2. Етапність спортивного тренування. 3. Циклічність спортивного тренування. 4. Складові загальної і спеціальної підготовки спортсменів. 5. Система контролю складових спортивної підготовленості.	
	Разом (год.)	15

4.2.План практичних (групових) занять

№	Тема заняття / план	
	9 семестр	
1	Тема 1. Загальна характеристика спорту і спортивного тренування. Обговорення питань лекції. Питання на самоопрацювання: 1. Класифікація видів спортивної діяльності. 2. Розподілення за класифікаторним групами видів спорту олімпійського і неолімпійського характеру.	2
2.	Тема 2. Загальна характеристика обраного виду спорту. Питання на самоопрацювання: 1. Історичний екскурс в обраний вид спорту. 2. Відомі спортсмени обраного виду спорту. 3. Сенситивні вікові періоди і основні критерії спортивного відбору в обраний вид спорту. 4. Основи змагальної діяльності.	2
3.	Тема 3. Основи тренувального процесу у веслувальному спорті Обговорення питань лекції. Питання на самоопрацювання: 1. Аналіз нормативної програми для ДЮСШ, ДЮКФП, ШВСМ з веслувальних видів спорту. 2. Представити план 1 тренувального заняття.	2
4.	Тема 3. Основи тренувального процесу у веслувальному спорті Обговорення питань лекції. Питання на самоопрацювання: Презентаційна доповідь про відомого веслувальника України, Світу.	2
5.	Тема 5. Особливості тренувального процесу у спортивному плаванні.	2

	Обговорення питань лекції. <i>Питання для самоопрацювання.</i> 1. Аналіз нормативної програми для ДЮСШ з спортивного плавання. 2. Аналіз засобів і методів спортивного тренування плавця відносно певного віку, статі, спортивної спеціалізації і спортивної кваліфікації. 3. Представити план 1 тренувального заняття.	
6.	Тема 6. Особливості тренувального процесу у спортивному плаванні. Обговорення питань лекції. <i>Питання для самоопрацювання.</i> Презентаційна доповідь про відомого плавця України, Світу.	2
7.	Тема 7. Особливості тренувального процесу в спортивній гімнастиці. Обговорення питань лекції. <i>Питання на самоопрацювання.</i> 1. Аналіз нормативної програми для ДЮСШ з видів гімнастики. 2. Представити план 1 комплекс ЗРВ для гімнастів-початківців.	2
8.	Тема 7. Особливості тренувального процесу в спортивній гімнастиці. Обговорення питань лекції. <i>Питання на самоопрацювання.</i> Презентаційна доповідь про відомого гімнаста/гімнастку України, Світу.	2
9.	Тема 9. Система спортивного тренування в легкій атлетиці. <i>Обговорення лекційних питань.</i> <i>План самостійної роботи здобувачів вищої освіти, перелік питань:</i> 1. Аналіз нормативної програми для ДЮСШ з легкої атлетики. 2. Аналіз засобів і методів спортивного тренування легкоатлетів відносно певного віку, статі, спортивної спеціалізації і спортивної кваліфікації. 3. Представити план 1 тренувального заняття.	2

10	Тема 10. Теорія та методика тренувального процесу в баскетболі і волейболі Обговорення лекційних питань. <i>Питання на самоопрацювання</i> 1. Характеристика ігрових амплуа. 2. Аналіз нормативної програми для ДЮСШ з баскетболу і волейболу.	2
11	Тема 11. Теорія та методика тренувального процесу у футболі. Обговорення лекційних питань. <i>Питання на самоопрацювання</i> 1. Характеристика ігрових амплуа. 2. Аналіз нормативної програми для ДЮСШ з футболу.	2
12	Тема 12. Теорія та методика тренувального процесу у вільній боротьбі. Обговорення лекційних питань. <i>Питання на самоопрацювання.</i> 1. Аналіз нормативної програми для ДЮСШ з вільної боротьби. 2. Аналіз засобів і методів спортивного тренування борців відносно певного віку, статі, спортивної спеціалізації і спортивної кваліфікації. 3. Представити план 1 тренувального заняття.	2
13	Тема 13. Теорія та методика тренувального процесу в боксі. Обговорення лекційних питань. <i>Питання на самоопрацювання.</i> 1. Аналіз нормативної програми для ДЮСШ з вільної боротьби. 2. Аналіз засобів і методів спортивного тренування борців відносно певного віку, статі, спортивної спеціалізації і спортивної кваліфікації. 3. Представити план 1 тренувального заняття.	2
14	Тема 14. Загальні тенденції тренувального процесу в ациклічних видах спорту. Обговорення лекційних питань.	2

	Питання на самоопрацювання 1. Характеристика загальних основ спортивного тренування в ациклічному виді спорту за вибором.	
15	Тема 15. Загальні тенденції тренувального процесу в циклічних видах спорту. Обговорення лекційних питань. Питання на самоопрацювання. 1. Характеристика загальних основ спортивного тренування в ациклічному виді спорту за вибором. 2. Контрольна робота.	2
Всього (год.)		30

4.1. Завдання для самостійної роботи

Обсяг самостійної роботи становить 75 годин.

Вказівки та пояснення до виконання завдань на самостійну роботу

1. Самостійне опрацювання додаткових джерел здійснюється відповідно до переліку наведеному у цій програмі.
2. Самостійна робота з літературою та електронними джерелами має знайти відображення в конспекті з курсу.

5. Екзаменаційні питання

1. Загальне поняття про “спорт” і “спортивну діяльність”.
2. Класифікація видів спортивної діяльності.
3. Загальні тенденції організації тренувального процесу в циклічних видах спорту.
4. Загальні тенденції організації тренувального процесу в ациклічних видах спорту.
5. Веслування, як олімпійський вид спорту. Види веслувального спорту.
6. Основи навчально-тренувального процесу у веслувальному спорті.
7. Взаємозв'язок сезонності видів спорту з структурою навчально-тренувального процесу.
8. Основні засоби і методи спортивної підготовки веслярів.
9. Основні завдання етапів спортивної підготовки у веслувальному спорті.
10. Циклічність навчально-тренувального процесу у веслувальному спорті.
11. Контроль за складовими спортивної підготовки веслувальників.
12. Фактори впливу на змагальну діяльність веслярів.
13. Особливості спортивного відбору у веслувальний спорт.
14. Спортивне плавання, як олімпійський вид спорту.
15. Основи навчально-тренувального процесу в спортивному плаванні.
16. Основні засоби і методи спортивної підготовки плавців.
17. Основні завдання етапів спортивної підготовки плавців.
18. Контроль за складовими спортивної підготовки плавців.
19. Фактори впливу на змагальну діяльність плавців.
20. Особливості спортивного відбору у спортивне плавання.

21. Контроль за фізичною підготовленістю плавців.
22. Контроль техніко-тактичної підготовленості плавців.
23. Особливості психологічної підготовленості плавців.
24. Гімнастика, як олімпійський вид спортивної діяльності.
25. Охарактеризувати вимоги до спортивного відбору, набору у спортивну секцію з гімнастики.
26. Етапи підготовки гімнастів.
27. Періодизація навчально-тренувального процесу гімнастів.
28. Основні методи спортивної підготовки гімнастів.
29. Основні засоби спортивної підготовки гімнастів.
30. Особливості фізичної підготовки гімнастів.
31. Особливості технічної підготовки гімнастів.
32. Особливості психологічної підготовки гімнастів.
33. Контроль за складовими спортивної підготовленості гімнастів.
34. Фактори впливу на змагальну діяльність гімнастів.
35. Футбол, як ігровий олімпійський вид спорту.
36. Вимоги до спортивного відбору, набору у спортивну секцію з футболу.
37. Особливості етапів підготовки гравців у футболі.
38. Особливості фізичної підготовки футболістів. Засоби і методи.
39. Особливості техніко-тактичної підготовки футболістів. Засоби і методи.
40. Особливості контролю за складовими спортивної підготовки футболістів.
41. Волейбол, як ігровий олімпійський вид спорту.
42. Вимоги до спортивного відбору, набору у спортивну секцію з волейболу.
43. Особливості етапів підготовки гравців в волейболі.
44. Особливості фізичної підготовки волейболістів. Засоби і методи.
45. Особливості контролю за складовими спортивної підготовки волейболістів.
46. Особливості техніко-тактичної підготовки волейболістів. Засоби і методи.
47. Гандбол, як ігровий олімпійський вид спорту.
48. Вимоги до спортивного відбору, набору у спортивну секцію з гандболу.
49. Особливості етапів підготовки гравців у гандболі.
50. Особливості фізичної підготовки гандболістів. Засоби і методи.
51. Особливості техніко-тактичної підготовки гандболістів. Засоби і методи.
52. Особливості контролю за складовими спортивної підготовки гандболістів.
53. Баскетбол, як олімпійський ігровий вид спорту.
54. Вимоги до спортивного відбору, набору у спортивну секцію з баскетболу.
55. Особливості етапів підготовки гравців у баскетболі.
56. Особливості фізичної підготовки баскетболістів. Засоби і методи.
57. Особливості техніко-тактичної підготовки баскетболістів. Засоби і методи.
58. Особливості контролю за складовими спортивної підготовки баскетболістів.
59. Теорія та методика тренувального процесу в циклічному виді спорту за вибором.
60. Теорія та методика тренувального процесу в ациклічному виді спорту за вибором.

Зразок “0” варіанту білету на іспит

Чорноморський Національний університет імені Петра Могили
Факультет фізичного виховання та спорту
Кафедра Олімпійського та професійного спорту

Освітня компонента “Теорія та методика тренувального процесу в різних видах спорту”.
Освітньо-кваліфікаційний рівень - другий (магістерський)
Освітньо-професійна програма - Фізична культура і спорт
Спеціальність - 017 Фізична культура і спорт

ЕКЗАМЕНАЦІЙНИЙ БІЛЕТ № 0

1. Загальне поняття про “спорт” і “спортивну діяльність”.
2. Особливості контролю за складовими спортивної підготовки футболістів.

Затверджено на засіданні
Кафедри Олімпійського та професійного спорту
Протокол № __ від “__” _____ 2024 р.

Екзаменатор

доц. Людмила ХАРЧЕНКО-БАРАНЕЦЬКА

Завідувачка кафедри

проф. Надія ДОВГАНЬ

6. Розподіл балів

Система накопичення балів з освітньої компоненти “Теорія та методика тренувального процесу в різних видах спорту”

Види роботи	Бали
Практична робота-завдання	15 x 3 бали
Контрольна робота	1 x 15 балів
Всього: мах 60 балів	
Іспит: мах 40 балів	
Мах 100 балів	

Критерії оцінювання практичних робіт-завдань

3 бали – практична робота виконана у зазначений термін (за розкладом), у повному обсязі, без помилок, здобувач вищої освіти демонструє вміння на підставі аналізу літератури, а також узагальнення практики і сучасних наукових досліджень, робити аналітичні висновки з проблем тематичного завдання.

2 бали – практична робота виконана у неповному обсязі, але правильно або у повному обсязі, при наявності незначних помилок

1 бал – практична робота виконана, але неправильно.

0 балів – практична робота не виконана.

Критерії оцінювання контрольної роботи

Підсумкова контрольна робота оцінюється в 15 балів:

- повне виконання завдання без помилок – 15 балів;
- повне виконання завдання з незначними помилками – 13 балів
- часткове виконання завдання (не менше 60%) - 10 балів
- часткове виконання завдання з помилками – 8 балів;
- часткове виконання завдання з значними помилками – 5 балів;
- виконання незначного обсягу роботи з помилками -3 бали;
- не виконання контрольної роботи – 0 балів.

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою
------------	-------------	-------------------------------

		екзамен	залік
90-100	A	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	
75 - 81	C		
67-74	D		
60-66	E	задовільно	
35-59	FX	незадовільно	не зараховано
1-34	F		

Критерії оцінювання Контроль успішності здобувача вищої освіти здійснюється з використанням методів і засобів, що визначені в ЧНУ ім. П. Могили. Академічні успіхи здобувача вищої освіти оцінюються за шкалою, яка застосована в ЧНУ імені Петра Могили з переведенням оцінок до національної шкали та шкали ECTS.

Відмінно А - Здобувач має глибокі міцні і системні знання з усього теоретичного курсу, може чітко сформулювати дефініції, використовуючи спеціальну термінологію, володіє понятійним апаратом, знає основні проблеми у галузі фізичної культури і спорту. Вміє творчо застосувати здобуті практичні вміння і навички при аналізі основних питань курсу та використовує їх під час відповіді.

Добре В - Здобувач має глибокі міцні ґрунтовні знання, використовує практичні навички, але може допустити неточності в формулюванні, незначні помилки в наведених прикладах.

Добре С - Здобувач знає програмний матеріал у повному обсязі, але не вміє поєднувати теоретичні і практичні аспекти фізичної культури і спорту. Відповідь його повна, логічна, але з деякими неточностями.

Задовільно D. - Здобувач відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння необхідності поєднання теорії і практики у фізичній культурі, але допускає неточності в термінології, відповіді неповні, серед яких є значна кількість суттєвих.

Задовільно E. - Здобувач має базовий рівень знань, володіє необхідними вміннями та практичними навичками для вирішення стандартних завдань спортивної діяльності; виявляє розуміння лише основних положень навчального матеріалу; здатний, з помилками та з додатковими питаннями, сформулювати визначення понять та категорій.

Незадовільно FX. - Здобувач мало усвідомлює мету навчально-пізнавальної діяльності; слабо орієнтується в поняттях, означеннях, не пов'язує теорію і практику фізичної культури і спорту в єдину структуру.

Незадовільно F. - Здобувач не володіє необхідними знаннями, вміннями, навичками та науковими термінами, не використовує практичні вміння і навички з фізичної культури і спорту, демонструє низький рівень теоретико-методичних знань та умінь.

7. Література

Основна література

1. Костюкевич В.М. «Теорія і методика спортивної підготовки у запитаннях і відповідях»: Навчально-методичний посібник / Вінниця: Планер, 2016. 159 с.

2. Костюкевич В.М. Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту): Навчальний посібник. 2-ге вид. перероб. та доп. / Київ: КНТ, 2018. 616 с.
3. Микіч М. С. Система спортивної підготовки легкоатлетів: сучасний погляд: Навч.-метод. посібник. Львів: ЛДІФК, 2005. 41 с.
4. Маляр Е.І., Маляр Н.С. Теорія і методика спортивного тренування: Методичні рекомендації / Тернопіль, ТНЕУ: Економічна думка, 2020. 55 с.
5. Маляр Е.І., Маляр Н.С. Основи спортивної підготовки: Навчальний посібник / Тернопіль, ТНЕУ: Економічна думка, 2018. 96 с.
6. Пістун А. І. Спортивна боротьба: Навч. посібник. Львів: Тріада плюс, 2008. 864 с.
7. Поплавський Л. Ю. Баскетбол: Навч. видання. Київ: Олімпійська література, 2004. 448 с.
8. Сергієнко Л.П. Теорія та методика дитячого та юнацького спорту: підручник / К.: Кондор Видавництво, 2016. 542 с.
9. Bompa T. Periodization: theory and methodology of training / [5thed.]. Champaign IL: Human Kinetics, 2009. P. 63–84.
10. Dragnea C. A. Teoria sportului / Bucuresti: Fest, 2002. 610 p.

Допоміжна література:

1. Костюкевич В.М., Врублевський Є.П., Вознюк Т.В. Теоретико-методичні основи контролю у фізичному вихованні та спорті : монографія за ред. В.М. Костюкевича. Вінниця: «Планер», 2017. 191 с.
2. Маляр Е.І., Маляр Н.С. Методика розвитку рухових якостей юних спортсменів: Методичні рекомендації / Тернопіль, ТНЕУ: Економічна думка, 2018. 29 с.
3. Олешко В. Г. Моделювання процесу підготовки та відбір спортсменів у силових видах спорту: Монографія. Київ: ДМП "Полімед", 2005. 254 с.
4. Програми з видів спорту для ДЮСШ, ДЮКФП, ШВСМ.
URL: <https://uni-sport.edu.ua/content/robochi-programy>
5. Стрикаленко Є.А. Ефективність експериментальної програми швидкісно-силової підготовки футболістів 13-14 років із використанням блоків спеціально підібраних вправ [Текст] / Стрикаленко Є.А., Шалар О.Г., Гузар В.М., Бойченко А.В. / Спортивні ігри № 3 (17) // Електронний науковий журнал. Харків: ХДАФК, 2020. С. 91-102. 17.
6. Стрикаленко Є.А. Особливості техніко-тактичних дій волейболісток різного ігрового амплуа ВК «Мигон» [Текст] / Стрикаленко Є.А., Шалар О.Г., Андрєєва Р.І. Жосан І.А. // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія №15 «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури / фізична культура і спорт» зб. наукових праць / за ред.. О.В. Тимошенка. К.: Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2020. Випуск 4 (124) 20. С. 86-93.
7. Шинкарук О., Улан А. Спортивний відбір і орієнтація підготовки спортсменів з урахуванням функціональної асиметрії: теоретичні передумови / Теорія і методика фізичного виховання і спорту. № 1, 2016. С. 15-18.