

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
Західноукраїнський національний університет  
Соціально-гуманітарний факультет

ЗАТВЕРДЖУЮ

Декан  
Соціально-гуманітарного  
факультету  
Оксана ГОМОТЮК

«    » \_\_\_\_\_ 2023 р.

ЗАТВЕРДЖУЮ

В.о. проректора з науково-  
педагогічної роботи  
Віктор ОСТРОВЕРХОВ

«    » \_\_\_\_\_ 2023 р.

ЗАТВЕРДЖУЮ

Директор  
Навчально-наукового  
інституту новітніх  
освітніх технологій  
Святослав ПИТІЛЬ

«    » \_\_\_\_\_ 2023 р.

## РОБОЧА ПРОГРАМА

з дисципліни

«АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ У СФЕРІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТ»

Ступінь вищої освіти – магістр

Галузь знань – 01 Освіта/педагогіка

Спеціальність – 017 Фізична культура і спорт

Освітньо-професійна програма – «Фізична культура і спорт»

Кафедра фізичної реабілітації і спорту

Форма навчання	Курс	Семестр	Лекції (год.)	Практ. (год.)	ІРС (год.)	Тренінг (год.)	Самост. робота студ. (год.)	Разом (год.)	Іспит (сем.)
Денна	1	1	30	15	5	4	96	150	1
Заочна	1	2	8	4	-	-	138	150	2

Тернопіль – ЗУНУ  
2023


31.08.2023  
*[Signature]*

Робоча програма складена на основі освітньо-професійної програми підготовки бакалавра галузі знань 01 «Освіта/педагогіка» спеціальності 017 «Фізична культура і спорт», затвердженої Вченою радою ЗУНУ, протокол № 9 від 23.06.2023 р.

Робочу програму склала кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри фізичної реабілітації і спорту Маляр Неля Степанівна.

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри фізичної реабілітації і спорту, протокол № 1 від 28.08.2023 р.

Завідувач кафедри,  
кандидат педагогічних наук, доцент

  
\_\_\_\_\_ Роман ГАХ

Розглянуто та схвалено групою забезпечення спеціальності «Фізична культура і спорт» протокол № 1 від 28 серпня 2023 р.

Голова групи забезпечення спеціальності \_\_\_\_\_ Едуард МАЛЯР

Гарант ОП \_\_\_\_\_ Роман ГАХ

# СТРУКТУРА РОБОЧОЇ ПРОГРАМИ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

## «Актуальні проблеми у сфері фізичної культури і спорту»

### 1. Опис дисципліни «Актуальні проблеми у сфері фізичної культури і спорту»

Дисципліна «Актуальні проблеми у сфері фізичної культури і спорту»	Галузь знань, спеціальність, ступінь вищої освіти	Характеристика навчальної дисципліни
Кількість кредитів ECTS – 5	Галузь знань 01 – «Освіта/педагогіка»	<b>Статус дисципліни</b> Обов'язкова дисципліна професійної підготовки <b>Мова навчання</b> українська
Кількість залікових модулів – 4	Спеціальність – 017 – «Фізична культура і спорт»	<b>Рік підготовки:</b> <i>Денна форма – 1</i> <i>Заочна форма - 1</i> <b>Семестр:</b> <i>Денна форма – 1</i> <i>Заочна форма - 2</i>
Кількість змістових модулів – 3	Ступінь вищої освіти – магістр	<b>Денна форма:</b> Лекції – 30 год. <b>Заочна форма:</b> Лекції – 8 год. <b>Практичні заняття:</b> <i>Денна – 15 год.</i> <i>Заочна – 4 год.</i>
Загальна кількість годин: Денна - 150		<b>Самостійна робота:</b> <i>Денна – 100 год.</i> <i>(в т.ч. тренінг – 4 год.)</i> <i>Заочна – 138 год.</i> <b>Індивідуальна робота (КПЗ) -</b> Денна форма - 5 год.
Тижневих годин – 10, з них аудиторних – 3		<b>Вид підсумкового контролю – іспит</b>

## **2. Мета і завдання вивчення дисципліни «Актуальні проблеми у сфері фізичної культури і спорту»**

### **2.1. Мета та завдання навчальної дисципліни.**

Дисципліна “Актуальні проблеми у сфері фізичної культури і спорту” спрямована на формування у студентів цілісної системи фундаментальних та прикладних знань, умінь і навичок про засоби, методи і принципи вирішення актуальних проблем сучасної підготовки спортсменів. Розділи даної дисципліни спрямовані на ознайомлення студентів з проблемами відбору спортсменів у збірні команди, оволодіння навичками підбору профілактичних заходів подолання проблем підготовки спортсменів; оволодіння системою засобів, методів та принципів профілактики та вирішення актуальних проблем в обраному виді спорту та соціальному житті спортсменів.

### **2.2. Завдання вивчення дисципліни:**

- ознайомлення з найбільш поширеними актуальними проблемами сучасної підготовки спортсменів в різних видах спорту;
- оволодіння навичками підбору профілактичних заходів подолання проблем підготовки спортсменів;
- оволодіння системою засобів, методів та принципів профілактики та вирішення актуальних проблем в обраному виді спорту та соціальному житті спортсменів.

### **2.3. Найменування та опис компетентностей, формування котрих забезпечує вивчення дисципліни:**

#### Загальні компетентності:

1. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел
2. Здатність до адаптації та дії в новій ситуації.
3. Вміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми.
4. Здатність мотивувати людей до досягнення спільної мети.
5. Здатність спілкуватися з представниками інших професійних груп різного рівня (з експертами з інших галузей знань/видів економічної діяльності).
6. Визначеність і наполегливість щодо поставлених завдань і взятих обов'язків.
7. Здатність виявляти ініціативу та підприємливість.
8. Здатність розробляти та управляти проектами.

#### Фахові компетентності спеціальності:

1. Здатність аналізувати актуальні проблеми у сучасній сфері фізичної культури і спорту.
2. Здатність до розуміння спортивної термінології наукових теорій та концепцій, використання сучасних методів та технологічних рішень, необхідних для розв'язання завдань у сфері фізичної культури і спорту.
3. Здатність застосовувати знання, вміння та навички під час практичного вирішення професійних завдань у різних суб'єктах сфери фізичної культури і спорту.
4. Здатність організовувати та реалізовувати просвітницьку та освітню діяльність для різних груп населення у сфері фізичної культури і спорту.

5. Здатність визначати суперечності та прогалини у наявній системі знань з функціонування та розвитку сфери фізичної культури і спорту.
6. Здатність планувати, організовувати та здійснювати самостійні наукові дослідження з проблем фізичної культури і спорту, визначати перспективи подальших наукових досліджень.

#### **2.4. Передумови для вивчення дисципліни.**

Перелік дисциплін, які мають бути вивчені раніше:

Біологія.

Фізична культура.

Методологія наукових досліджень.

Теоретико-методичні засади спортивного тренування.

#### **2.5. Результати навчання:**

1. Визначати особливості, протиріччя та перспективні напрями розвитку сучасної сфери фізичної культури і спорту.
2. Оцінювати ризики та враховувати різні види відповідальності при виборі альтернатив вирішення практичних завдань професійної діяльності.
3. Розробляти та організовувати заходи з популяризації серед різних груп населення сучасних знань про окремі напрями фізичної культури і спорту.
4. Розробляти та використовувати заходи з вирішення організаційних, методичних, кадрових проблем в обраному напрямі фізичної культури і спорту.
5. Уміти аналізувати та структурувати проблеми функціонування та розвитку суб'єктів сфери фізичної культури і спорту, готувати проекти управлінських рішень та визначати умови їх реалізації.
6. Розуміти та дотримуватися вимог академічної доброчесності та не допускати їх порушення під час навчання та наукової роботи.
7. Застосовувати для пояснення практичних ситуацій та вирішення конкретних практичних завдань у сфері фізичної культури і спорту сучасний понятійний апарат, наукові концепції, теорії та технології.
8. Розробляти (самостійно або у складі групи) та організовувати реалізацію проектів, спрямованих на розв'язання проблем інноваційного та підприємницького характеру у сфері фізичної культури і спорту.

#### **2.6. Завдання лекційних занять:**

- формування цілісної системи теоретичних знань з курсу.

#### **2.7. Завдання практичних занять:**

- систематизувати та закріпити теоретичні знання, одержані на лекціях;

- оволодіти вміннями та навичками навчальної дисципліни у практичній площині.

### **3. Програма навчальної дисципліни «Актуальні проблеми у сфері фізичної культури і спорту»**

#### **Змістовий модуль 1.**

## **Зміст дисципліни та соціальні проблеми спортивного життя.**

**Тема 1. «Актуальні проблеми у сфері фізичної культури і спорту» як навчальна та наукова дисципліна.**

Зміст робочої програми, силабуса, анотації. Вимоги до написання модульних робіт та ректорської контрольної роботи, тематика КПЗів. Контрольні питання для іспиту, літературні джерела. Критерії оцінювання. Тематика самостійної роботи. Зміст навчально-методичного комплексу дисципліни.

Література: 1-19, 20.

**Тема 2. Місце спортсмена у спорті та його соціалізація.**

Місце спортсмена в олімпійському спорті. Порівняння завдань спортсменів в олімпійському, аматорському та професійному спорті. Соціалізація спортсмена та проблема виходу зі спорту.

Література: 7, 8, 16, 21.

**Тема 3. Актуальні проблеми спортивного життя.**

Основні засади спортивного життя. Сучасні спортивні напрями. Проблеми спортивного життя. Особливості актуальних проблем в обраному виді спорту.

Література: 5, 12, 22.

**Тема 4. Профілактичні заходи щодо проблем спортивного життя.**

Профілактика як основний напрям запобігання виникнення проблем спортивного життя. Категорії проблем, проблемне поле спортсмена. Комплексна модель подолання проблем. Системний підхід до вирішення проблем спортивного життя.

Література: 6, 11, 23.

## **Змістовий модуль 2.**

**Основні проблеми у процесі підготовки спортсменів у різні періоди та на різноманітних етапах.**

**Тема 5. Актуальні проблеми спортивного відбору, орієнтації та селекції.**

Аналіз поняття “спортивна обдарованість”.

Чинники, що обумовлюють спортивну обдарованість.

Мета, завдання та зміст спортивної орієнтації та селекції.

Критерії відбору.

Завдання та зміст відбору на різних етапах багаторічної підготовки.

Педагогічні критерії визначення рухової обдарованості спортсменів.

Біологічні (генетичні) критерії визначення рухової обдарованості спортсменів.

Таблиці оцінки загальних та спеціальних здібностей при спортивному відборі.

Література: 13, 14, 15, 19, 24.

**Тема 6. Актуальні проблеми підготовки спортсменів в тренувальний період.**

Особливості різних періодів підготовки спортсменів. Тренувальний період як основний за діяльністю. Про актуальні проблеми підготовки спортсменів в тренувальний період.

Література: 1, 3, 7, 16, 25.

**Тема 7. Актуальні проблеми підготовки спортсменів в змагальний період.**

Змагальний період як вершина досягнень. Сучасні вимоги до змагань. Сучасні вимоги в олімпійському спорті. Проблеми підготовки спортсменів в змагальний період.

Література: 2, 7, 9, 19.

### **Тема 8. Проблеми відновлення спортсменів.**

Засоби і умови відновлення працездатності.

Харчування спортсменів.

Загартування організму.

Режим дня та особиста гігієна спортсмена.

Вплив негативних звичок на підготовленість спортсменів.

Література: 3, 6, 16.

### **Тема 9. Проблеми використання допінгу у спорті.**

Проблеми допінгу в спорті. Основні списки заборонених речовин. Особливості фармакологічної підтримки спортсменів. Сучасні покарання в разі застосування спортсменом заборонених речовин.

Література: 3, 4, 16.

## **Змістовий модуль 3.**

### **Актуальні проблеми у жіночому спорті.**

#### **Тема 10. Становлення жіночого спорту і включення жінок до олімпійського руху.**

Етапи становлення жіночого спорту. Включення жінок до олімпійського руху.

Завдання жіночого спорту. Особливості участі жінок в олімпійському русі.

Історія формування жіночої програми Олімпійських ігор. Видатні жінки спортсменки. Українки – чемпіонки Олімпійських Ігор.

Література: 3, 7, 18.

#### **Тема 11. Сучасна політика МОК та МСФ в області жіночого спорту.**

МОК та МСФ про напрями розвитку жіночого спорту в світі. Комплексні системні підходи до розгляду жіночого спорту. Актуальні проблеми підготовки спортсменок-жінок.

Література: 4, 7, 12.

## **4. Структура залікового кредиту з дисципліни «Актуальні проблеми у сфері фізичної культури і спорту» (денна та заочна форма навчання)**

	<i>Кількість годин</i>				
	Лекції д/з	Практичні заняття д/з	Самостійна робота д/з	Індивідуа льна робота	Контрольні заходи
<b>Змістовий модуль 1. Зміст дисципліни та соціальні проблеми спортивного життя.</b>					
Тема 1. Загальна характеристика навчальної дисципліни.	2/0,5	1/0,5	9/13	1	Поточне опитування
Тема 2. Місце спортсмена у спорті та його соціалізація.	2/1	1/0,5	9/13		Поточне опитування
Тема 3. Актуальні проблеми спортивного життя.	4/0,5	1/0,5	9/13		
Тема 4. Профілактичні заходи щодо проблем спортивного життя.	2/0,5	1/0,5	9/13		

<b>Змістовий модуль 2. Основні проблеми у процесі підготовки спортсменів у різні періоди та на різноманітних етапах.</b>					
Тема 5. Актуальні проблеми спортивного відбору, орієнтації та селекції.	2/0,5	1	9/13		Поточне опитування
Тема 6. Актуальні проблеми підготовки спортсменів в тренувальний період.	4/0,5	1	9/13	1	Поточне опитування
Тема 7. Актуальні проблеми підготовки спортсменів в змагальний період.	4/0,5	2/0,5	9/13	1	Поточне опитування
Тема 8. Проблеми відновлення спортсменів.	2/1	2/0,5	9/13		Поточне опитування
Тема 9. Проблеми використання допінгу у спорті.	2/1	2	8/13	1	Поточне опитування
<b>Змістовий модуль 3. Актуальні проблеми у жіночому спорті.</b>					
Тема 10. Становлення жіночого спорту і включення жінок до олімпійського руху.	4/1	2/0,5	8/13	1	Поточне опитування
Тема 11. Сучасна політика МОК та МСФ в області жіночого спорту.	2/1	1/0,5	8/8		Поточне опитування
Тренінг			4/-		
<b>Разом</b>	<b>30/8</b>	<b>15/4</b>	<b>96/138</b>	<b>5/-</b>	

## **5. Тематика практичних занять.**

### **Практичне заняття № 1**

**Тема:** Загальна характеристика навчальної дисципліни.

**Мета:** формування системи знань про основний зміст початкової дисципліни «Актуальні проблеми сучасної підготовки спортсменів».

**Питання для обговорення:**

1. Зміст робочої програми, силабуса, анотації.
2. Вимоги до написання модульних робіт та ректорської контрольної роботи, тематика КПЗів.
3. Контрольні питання для іспиту, літературні джерела.
4. Критерії оцінювання.
5. Тематика самостійної роботи.

Література: 1-1, 20.

### **Практичне заняття № 1**

**Тема:** Місце спортсмена у спорті та його соціалізація.

**Мета:** формування системи знань про особливості соціалізації спортсмена та проблеми виходу зі спорту.

**Питання для обговорення:**

1. Місце спортсмена в олімпійському спорті.



2. Порівняння завдань спортсменів в олімпійському, аматорському та професійному спорті.
3. Соціалізація спортсмена та проблема виходу зі спорту.

Література: 7, 8, 16, 21.

### **Практичне заняття № 2**

**Тема:** Актуальні проблеми спортивного життя.

**Мета:** формування системи знань про специфічні проблеми спортивного життя.

**Питання для обговорення:**

1. Основні засади спортивного життя.
2. Сучасні спортивні напрями.
3. Проблеми спортивного життя.
4. Особливості актуальних проблем в обраному виді спорту.

Література: 5, 12, 22.

### **Практичне заняття № 2**

**Тема:** Профілактичні заходи щодо проблем спортивного життя.

**Мета:** формування системи знань про профілактичні заходи щодо проблем спортивного життя.

**Питання для обговорення:**

1. Профілактика як основний напрям запобігання виникнення проблем спортивного життя.
2. Категорії проблем, проблемне поле спортсмена.
3. Комплексна модель подолання проблем.
4. Системний підхід до вирішення проблем спортивного життя.

Література: 6, 11, 23.

### **Практичне заняття № 3**

**Тема:** Актуальні проблеми спортивного відбору, орієнтації та селекції.

**Мета:** формування системи знань про актуальні проблеми спортивного відбору, орієнтації та селекції.

**Питання для обговорення:**

1. Аналіз поняття “спортивна обдарованість”.
2. Чинники, що обумовлюють спортивну обдарованість.
3. Мета, завдання та зміст спортивної орієнтації та селекції.
4. Критерії відбору.
5. Завдання та зміст відбору на різних етапах багаторічної підготовки.
6. Педагогічні критерії визначення рухової обдарованості спортсменів.
7. Біологічні (генетичні) критерії визначення рухової обдарованості спортсменів.
8. Таблиці оцінки загальних та спеціальних здібностей при спортивному відборі.

Література: 13, 14, 15, 19, 24.

### **Практичне заняття № 3**

**Тема: Актуальні проблеми підготовки спортсменів в тренувальний період.**

**Мета:** формування системи знань про актуальні проблеми підготовки спортсменів в тренувальний період.

**Питання для обговорення:**

1. Особливості різних періодів підготовки спортсменів.
2. Тренувальний період як основний за діяльністю.
3. Про актуальні проблеми підготовки спортсменів в тренувальний період.

Література: 1, 3, 7, 16, 25.

#### **Практичне заняття № 4**

**Тема: Актуальні проблеми підготовки спортсменів в змагальний період.**

**Мета:** формування системи знань про актуальні проблеми підготовки спортсменів в змагальний період.

**Питання для обговорення:**

1. Змагальний період як вершина досягнень.
2. Сучасні вимоги до змагань.
3. Сучасні вимоги в олімпійському спорті.
4. Проблеми підготовки спортсменів в змагальний період.

Література: 2, 7, 9, 19.

#### **Практичне заняття № 5**

**Тема: Проблеми відновлення спортсменів.**

**Мета:** формування системи знань про проблеми відновлення спортсменів.

**Питання для обговорення:**

1. Засоби і умови відновлення працездатності.
2. Харчування спортсменів.
3. Загартування організму.
4. Режим дня та особиста гігієна спортсмена.
5. Вплив негативних звичок на піготовленість спортсменів.

Література: 3, 6, 16.

#### **Практичне заняття № 6**

**Тема: Проблеми використання допінгу у спорті.**

**Мета:** формування системи знань про особливості використання допінгу у спорті.

**Питання для обговорення:**

1. Проблеми допінгу в спорті.
2. Основні списки заборонених речовин.
3. Особливості фармакологічної підтримки спортсменів.
4. Сучасні покарання в разі застосування спортсменом заборонених речовин.

Література: 3, 4, 16.

#### **Практичне заняття № 7**

**Тема: Становлення жіночого спорту і включення жінок до олімпійського руху.**

**Мета:** формування системи знань про особливості становлення жіночого спорту і включення жінок до олімпійського руху. фізичної підготовки спортсменів.

**Питання для обговорення:**

1. Етапи становлення жіночого спорту.
2. Включення жінок до олімпійського руху.
3. Завдання жіночого спорту.
4. Особливості участі жінок в олімпійському русі.
5. Історія формування жіночої програми Олімпійських ігор.
6. Видатні жінки спортсменки.
7. Українки – чемпіонки Олімпійських Ігор.

Література: 3, 7, 18.

### **Практичне заняття № 8**

**Тема:** Сучасна політика МОК та МСФ в області жіночого спорту.

**Мета:** формування системи знань про сучасну політику МОК та МСФ в області жіночого спорту.

**Питання для обговорення:**

1. МОК та МСФ про напрями розвитку жіночого спорту в світі.
2. Комплексні системні підходи до розгляду жіночого спорту.
3. Актуальні проблеми підготовки спортсменок-жінок.

Література: 4, 7, 19.

## **6.Комплексне практичне індивідуальне завдання (КПЗ)**

Комплексне практичне індивідуальне завдання з дисципліни «Актуальні проблеми у сфері фізичної культури і спорту» виконується самостійно кожним студентом згідно методичних рекомендацій до виконання КПЗ. КПЗ охоплює основні теми дисципліни «Актуальні проблеми у сфері фізичної культури і спорту». Метою виконання КПЗ є вивчення та вирішення проблем підготовки спортсменів до високих результатів. КПЗ оформляється відповідно до встановлених вимог. При виконанні та оформленні КПЗ студент може використовувати комп'ютерну техніку. КПЗ оцінюється за 100-бальною шкалою. Виконання КПЗ є одним із обов'язкових складових модулів залікового кредиту з дисципліни «Актуальні проблеми у сфері фізичної культури і спорту».

## **7. Самостійна робота – 96 год./138 год.**

<b>№ п/п</b>	<b>Тематика</b>	<b>К-сть Годин д/з</b>
1.	Загальна характеристика навчальної дисципліни.	9/13
2.	Спортсмен у спорті та соціальному житті.	9/13
3.	Специфічні проблеми спортивного життя.	9/13
4.	Профілактичні заходи щодо проблем спортивного життя.	9/13

5.	Актуальні проблеми спортивного відбору, орієнтації та селекції.	9/13
6.	Актуальні проблеми підготовки спортсменів в тренувальний період.	9/13
7.	Актуальні проблеми підготовки спортсменів в змагальний період.	9/13
8.	Проблеми відновлення спортсменів.	9/13
9.	Проблеми використання допінгу у спорті.	8/13
10.	Становлення жіночого спорту і включення жінок до олімпійського руху.	8/13
11.	Сучасна політика МОК та МСФ в області жіночого спорту.	8/8
	Всього	96/138

## 8. Тематика і порядок проведення тренінгу

### Тренінг.

**Тематика:** Критерії спортивного відбору у навчально-тренувальні групи 1-го року навчання.

### Порядок проведення:

1. Завдання та зміст відбору на різних етапах багаторічної підготовки.
2. Педагогічні критерії визначення рухової обдарованості спортсменів-початківців з обраного виду спорту.
3. Біологічні (генетичні) критерії визначення рухової обдарованості спортсменів-початківців з обраного виду спорту.
4. Таблиці оцінки загальних та спеціальних здібностей при спортивному відборі.
5. Тестування початківців для відбору у навчально-тренувальні групи з обраного виду спорту.

## 9. Засоби оцінювання та методи демонстрування результатів навчання.

В процесі вивчення дисципліни «Актуальні проблеми у сфері фізичної культури і спорту» використовуються наступні засоби оцінювання та методи демонстрування результатів навчання:

- стандартизовані тести;
- поточне опитування;
- заліковане модульне тестування та опитування;
- оцінювання результатів КППЗ;
- ректорська контрольна робота;
- іспит.

### 10. Критерії, форми поточного та підсумкового контролю.

Підсумковий бал (за 100-бальною шкалою) з дисципліни «Актуальні проблеми у сфері фізичної культури і спорту» визначається як середньозважена величина, залежно від питомої ваги кожної складової залікового кредиту:

<i>Заліковий модуль 1</i>	<i>Заліковий модуль 2</i>	<i>Заліковий модуль</i>	<i>Заліковий модуль 4</i>	<b>Разом</b>
<b>20 %</b>	<b>20 %</b>	<b>20 %</b>	<b>40%</b>	<b>100 %</b>

### Критерії рейтингового оцінювання

Форми контролю	Вагові коефіцієнти	Відвідування та конспекти лекцій	Поточне опитування	Завдання для індивідуальної роботи	Виконання тестових завдань	Підсумкова робота (модульна, ректорська, КПЗ, екзамен)
Модуль № 1	20 %	10 балів	18 балів (1-6 лекція по 3 бали)	12 балів	10 балів	50 балів Модульна робота (письмова робота - 2 питання в білеті по 25 балів або робота в MOODLE - 10 тестів по 5 балів)
Модуль № 2 (ректорська контрольна)	20 %	10 балів	15 балів (7-11 лекція по 3 бали)	15 балів	10 балів	50 балів (письмова робота - 3 питання в білеті або робота в MOODL - 10 тестів)
Модуль № 3 (КПЗ+тренінг)	20 %	-			-	КПЗ - 80 балів (Актуальність, оригінальність, реалізація мети, практичне застосування, стилістика викладу, обсяг та структура та оформлення роботи, бібліографія – 40 балів, захист КПЗ – 40 балів)) + тренінг – 20 балів
Модуль № 4 (письмовий екзамен)	40 %	-	-	-	-	100 балів (письмова робота : 4 питання в білеті (по 25 балів) або робота в MOODLE:10 тестів (по 4 бали) + 2 завдання з методики спортивної підготовки (по 30 балів)

### Шкала оцінювання:

За шкалою ЗУНУ	За національною шкалою	За шкалою ECTS
90–100	Відмінно	A (відмінно)
85-89	Добре	B (дуже добре)
75–84		C (добре)
65–74	задовільно	D (задовільно)
60-64		E (достатньо)
35–59	незадовільно	FX (незадовільно з можливістю повторного складання)
1–34		F (незадовільно з обов'язковим повторним курсом)

## **11. Інструменти, обладнання та програмне забезпечення, використання яких передбачає навчальна дисципліна**

<b>№</b>	<b>Найменування</b>	<b>Номер теми</b>
1.	Електронний варіант лекцій	1-11
2.	Індивідуальні завдання для самостійного виконання (електронний варіант)	1-11
3.	Вихідні дані для обробки на ПВОМ	1-11

### **1. РЕМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ**

2. Добринський В., Мудрик Ж., Савчук С., Валькевич О., Захожа Н. Комплексний контроль фізичного стану, навчально-тренувальної та змагальної діяльності спортсменів : метод. реком. Луцьк : Вежа-Друк, 2021.112 с.
3. Долинний Ю. О. Олімпійський і професійний спорт: курс лекцій для викладачів і студентів вищих навчальних закладів / Ю. О. Долинний. Краматорськ : ДДМА, 2020. 111 с
4. Кутек Т. Б., Вовченко І. І. Основи теорії і методики спортивної підготовки: навчальний посібник. Житомир: ЖДУ імені Івана Франка, 2022. 108 с.
5. 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.
6. Кошура А.В. Теорія і методика спортивних тренувань : навч. посіб. Чернівці : Чернівець. нац. ун-тім. Ю.Федьковича, 2021.120с.
7. Маляр Е.І. Методика розвитку рухових якостей юних спортсменів: Методичні рекомендації / Е.І. Маляр, Н.С. Маляр. – Тернопіль, ЗУНУ: Економічна думка, 2023. - 28 с.
8. Маляр Е.І. Теорія і методика дитячо-юнацького спорту: Методичні рекомендації / Е.І. Маляр, Н.С. Маляр. – Тернопіль, ЗУНУ: Економічна думка, 2023. - 32 с.
9. Маляр Е.І. Олімпійський та професійний спорт: Методичні рекомендації / Е.І. Маляр, Н.С. Маляр. – Тернопіль, ЗУНУ: Економічна думка, 2023. - 48 с.
10. Маляр Е.І. Моделювання та прогнозування у системі підготовки спортсменів: Методичні рекомендації / Е.І. Маляр, Н.С. Маляр. – Тернопіль, ЗУНУ: Економічна думка, 2023. - 48 с.
11. Маляр Е.І. Професійна майстерність тренера: Методичні рекомендації / Е.І. Маляр, Н.С. Маляр. – Тернопіль, ЗУНУ: Економічна думка, 2023. - 36 с.
12. Маляр Е.І., Маляр Н.С. Теорія і методика спортивного тренування: Методичні рекомендації / Тернопіль, ТНЕУ: Економічна думка, 2020. 55 с.
13. Маляр Е.І., Маляр Н.С. Основи спортивної підготовки: Навчальний посібник / Тернопіль, ТНЕУ: Економічна думка, 2018. 96 с.
14. Пугач Ю. С. Теорія та методика спортивно масової роботи : навчально-методичні рекомендації / Ю. С. Пугач. Миколаїв : Іліон, 2021. 97 с.

15. Сергієнко В. М. Фізкультурно-спортивна діяльність тренера з виду спорту : навчальний посібник / Суми : Сумський державний університет, 2022. 184 с.
16. Стратегія розвитку фізичного виховання та спорту серед студентської молоді на період до 2025 року (Проект) [Електронний ресурс]. – Режим доступ : <https://mon.gov.ua/storage/app/media/gromadskeobgovorennya/2019/07/17/strategiya-rozvitku-fizichnogovikhovannya-ta-sportu-sered-studentskoi-molodi-na-period-do2025-rokuk.pdf>.
17. Теоретико-методичні основи управління процесом підготовки спортсменів різної кваліфікації: колективна монографія / за заг. ред. В. М. Костюкевича. Вінниця : Планер, 2018. 418 с.
18. Тодорова В. Г. Хореографічна підготовка в техніко-естетичних видах спорту: монографія. Львів : ЛДУФК, 2018. 252 с.
19. Тодорова В.Г. Основи теорії і методики спортивного тренування : навчальний посібник. Одеса : Університет Ушинського, 2023. 206 с
20. Тодорова В.Г. Задорожна О., Пітин М., Пасічна Т. Тенденції змін у правилах змагань у сучасних олімпійських спортивних єдиноборствах. Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. Вип. 9(28). Вінниця : Планер, 2020. С. 184–189.
21. Фізкультурно-оздоровчі та спортивні технології в освітньому просторі: теорія і практика : колективна монографія / за заг. ред. О. О. Момот; Ю. В. Зайцевої. – Полтава : ПНПУ імені В. Г. Короленка, 2020. – 339 с.
22. Черненко, С. О. Ч-49 Теорія й методика фізичного виховання : навчальний посібник : у 2 частинах / Краматорськ : ДДМА, 2021. Частина 1. 215 с.
23. Академія фізичного виховання, Варшава (Польща) <http://www.awf.edu.pl>
24. O. Azhyppo, V. Pavlenko, V. Mulyk, K. Mulyk, L. Karpets, T. Grynova, M. Sannikova / Direction of teaching the subject of physical education by taking into account opportunities of institution of higher education and interests of student youth / Journal of Physical Education and Sport (JPES), 18(1), Art 29, 2018 pp. 222 – 229.
25. Lloyd R.S. Strength and conditioning for young athletes: science and application / London, New-York: Routledge, 2021. 232 p.