

**МИКОЛАЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ В. О. СУХОМЛИНСЬКОГО**

Факультет фізичної культури та спорту

ECTS – інформаційний пакет зі спеціальності Фізична культура і спорт

Галузь знань: 01 Освіта

Спеціальність: 017 Фізична культура і спорт

Освітня програма Фізична культура і спорт: Тренер з видів спорту

Перелік дисциплін

Цикл загальних компетентностей

(описуються всі дисципліни навчального плану)

- Історія та культура України
- Філософія
- Українська мова (за професійним спрямуванням)
- Іноземна мова (за професійним спрямуванням)
- Університетські студії

Цикл професійних компетентностей

(описуються всі дисципліни навчального плану)

- Анатомія людини
- Біохімія фізичних вправ
- Фізіологія людини
- Біомеханіка
- Хортинг та методика викладання
- Педагогіка
- Психологія
- Загальна теорія підготовки спортсменів
- Олімпійський і професійний спорт
- Гімнастика та методика викладання
- Легка атлетика та методика викладання
- Теорія і методика фізичного виховання
- Спортивні ігри та методика викладання
- Плавання та методика викладання
- Теорія та методика викладання обраного виду спорту

Дисципліни вибору факультету / інституту
(описуються всі дисципліни навчального плану)

- Підвищення спортивної майстерності з обраного виду спорту
- Нові технології у фізичному вихованні та спорті
- Табірний збір
- Академічне писемне мовлення (іноземна мова)

Дисципліни вільного вибору студента
(описуються всі дисципліни навчального плану)

- Трудове право та підприємницька діяльність
- Правові основи професійної діяльності
- Технологія працевлаштування
- Комп'ютерна техніка та методи математичної статистики в спорті
- Психолого-педагогічний супровід роботи з батьками
- Основи педагогічної майстерності тренера
- Методи відновлення працездатності у фізичній культурі і спорті
- Екологія та здоровий спосіб життя
- Здоров'язберігаючі технології для різних верст населення
- Спортивне харчування
- Адаптивне фізичне виховання
- Управління та менеджмент у сфері фізичної культури та спорту
- Менеджмент спортивних змагань
- Технологія тестування рухових здібностей
- Основи метрологічного контролю
- Методика роботи в дитячих оздоровчих закладах
- Історія фізичної культури
- Методика проведення секційних занять зі спортивних ігор
- Футзал
- Оздоровча ходьба, біг
- Методика проведення секційних занять з легкої атлетики
- Веслувальний спорт
- Туризм
- Спортивні єдиноборства
- Боротьба та методика викладання
- Настільний теніс
- Стрітбол
- Методика проведення секційних занять з гімнастики
- Спортивні танці

Практична підготовка

- Начальна педагогічна практика
- Виробнича практика за профілем майбутньої роботи

017 Фізична культура і спорт

1. ІСТОРІЯ ТА КУЛЬТУРА УКРАЇНИ

1. Ідентифікація

<i>Шифр: НД 1.1.1</i>	Характеристика навчального курсу
<i>Кількість кредитів відповідних ЄКТС: 3 Загальна кількість годин: 90 год. Тижневих годин: 2 год.</i>	Нормативна Курс: I Семестр: 1 Лекції: 10 Практичні заняття: 20 Самостійна робота: 60 Вид контролю: екзамен

2. Мета курсу: розкриття закономірностей та особливостей економічного, соціального, політичного та культурного розвитку України, її відносин з іншими народами та державами, засвоєння студентами цих знань для формування в них наукового світогляду.

3. Опис курсу.

Тема 1: Київська Русь. Галицько-Волинська держава. Україна під владою Литви, Польщі та інших держав (XIV- перша половина XVII ст.)

Київська Русь. Галицько-Волинська держава. Особливості розвитку Київської Русі за князювання Володимира Великого і Ярослава Мудрого. Приєднання українських земель до Литовської держави. Захоплення королівством Польським Галичини. Соціально-економічний і політичний розвиток України у другій половині XIV-середині XVI ст. Українські землі у складі речі Посполитої. Феодальна роздробленість та її наслідки. Особливості соціально-економічного і політичного розвитку Галицько-Волинської держави.

Суспільне життя в Київській Русі. Хрещення України-Русі та його історико-культурне значення. Письменність та освіта, архітектура та мистецтво часів Київської Русі. Культура Галицько-Волинського князівства.

Тема 2: Національно визвольна боротьба українського народу (1648-1676 рр.) Україна в останній чверті XVII-XIX ст.

Причини, характер, рушійні сили та періодизація Національно-визвольної війни. Завоювання та утвердження української держави (Гетьманщини), внутрішня і зовнішня політика (1648-1657 рр.). Початок громадянської війни. Поділ України на Правобережну Лівобережну (1657-1663 рр.). Внутрішня та зовнішня політика гетьмана І.Мазепи. «Конституція» П.Орлика. Інкорпоративна політика Російського царизму. К.Розумовський. Ліквідація царизмом Гетьманщини і Запорізької Січі. Антифеодальна боротьба селянства України «...опришківський рух, гайдамаччина, Коліївщина». Приєднання до Росії Причорномор'я, Криму і Правобережної України. Соціально-економічний розвиток українських земель наприкінці ХУІІ - початку ХІХ ст. Західноукраїнські землі на початку ХІХ ст. Культура в Україні у ХІУ –першій половині ХУІІ ст. Культурно-освітні центри в Україні. Острозька академія. Книгодрукування та діяльність І.Федорова. Козацька культура як унікальне явище. Культурно-просвітницька діяльність Києво-Могилянської академії.

Тема 3: Україна на зламі епох (1914-1920 рр. та 30-тих роках ХХ ст.).

Україна в роки першої світової війни. Лютнева буржуазно-демократична революція та Україна. Доба української Центральної Ради. Українська Держава гетьмана Павла Скоропадського. Доба Директорії. Західноукраїнська народна республіка. Злука УНР і ЗУНР. Утвердження радянської влади в Україні, причини поразки, уроки та історичне значення української національно – демократичної революції 1917-1920 рр. Українська

РСР в період нової економічної політики (1921-1928 рр.). Індустріалізація та колективізація: причини, зміст і наслідки. Політичні репресії в умовах утвердження сталінського тоталітарного режиму. Західноукраїнські землі в 1920-1930 рр. (у складі Польщі, Румунії, Чехословаччини). Національно-культурне відродження в українській культурі кінця ХУІІІ – початку ХХ ст. Народницький період національно-культурного відродження та його особливості(1840-1880 рр.). Модерністський період національно-культурного відродження (1890 – 1914 рр.) Національно-культурне-відродження в Галичині.

Тема 4: Україна в роки Другої світової війни (1939-1945 рр.).

Пакт Молотова-Ріббентропа. Початок Другої світової війни. Включення основної частини західноукраїнських земель до складу УРСР та їх радянізація. Початок Великої Вітчизняної війни. Воєнні дії на території України у червні 1941 – липні 1942 рр. Окупаційний режим в Україні. Антифашистський рух Опору. Визволення України від окупантів (грудень 1942 - жовтень 1944). Перемога над нацистською Німеччиною та її союзниками. Україна в завершальний період війни (кінець 1944-1945 рр.) Наслідки Другої світової війни для України.

Тема 5: Україна у ХХ – на початку ХХІ ст.

Українська РСР в період перебудови (1985-1991 рр.) Особливості державотворчого процесу в незалежній Україні. Проблеми реформування економіки. Зовнішня політика. Україна після Помаранчевої революції. Україна після Революції гідності. Зміни, що відбуваються в соціальній структурі сучасного українського суспільства. Українська культура в добу «соцреалізму». Національно-культурне відродження ХХ століття. Стихійний громадський опір режиму засобами культури і мистецтва (1956-1987 рр.), Культура діаспори та внесок українців у світову культуру. Культура України в новітню добу

4. Завдання курсу.

У результаті вивчення курсу студенти повинні:

знати:

основні факти історичного минулого українського народу від найдавніших часів до сьогодення;

історію українського народу та його культуру в контексті світової історії та практики державотворення в сучасній українській державі.

вміти:

- самостійно добирати і опрацьовувати історичні документи та довідникову літературу;

- зіставляти інформацію з різних джерел;

- узагальнювати і критично оцінювати історичні факти та явища, визначати їх суть;

- виділяти основне, об'єктивне та суб'єктивне, самостійно оцінювати і пояснювати історичний процес, робити висновки;

- володіти наполегливістю у досягненні мети в опрацюванні історичних документів, науково-популярної літератури;

володіти високою мотивацією до виконання професійної діяльності;

володіти методикою обробки результатів досліджень з використанням інформаційних технологій.

5. Статус у навчальному плані.

Нормативна навчальна дисципліна із циклу загальних компетентностей.

6. Лектор: доктор філософії в галузі гуманітарних наук, доцент Василенко С.М.

7. Форми і методи навчання: лекційні та практичні заняття з використанням сучасних методів, інтерактивної методики та комп'ютерної техніки, індивідуальна робота, самостійна робота.

8. Форми організації контролю знань та система оцінювання. Поточний та підсумковий контроль здійснюється у вигляді комп'ютерних тестів на освітньому

просторі університету. Для оцінювання використовується національна чотирибальна шкала: відмінно, добре, задовільно, незадовільно; європейська шкала: А, В, С, D, E, FХ.

60% балів студенти накопичують на заняттях та під час поточного контролю, що регламентується робочою програмою викладача, 40% балів студенти набирають на іспиті.

9. Мова викладання: українська.

2. ФІЛОСОФІЯ

1. Ідентифікація

Шифр: Н.Д. 1.1.2	Характеристика навчального курсу
Кількість кредитів відповідних ЄКТС:3 Загальна кількість годин: 90 год. Тижневих годин: 2 год.	Нормативна Курс: 2 Семестр: 4 Лекції: 8 Практичні заняття: 22 Самостійна робота: 60 Вид контролю: екзамен

2. Мета курсу: надання знань з філософії як світогляду людини, або сукупності поглядів на світ у цілому та ставлення людини до цього світу, в розумінні онтологічних, гносеологічних, аксіологічних і соціальних проблем буття.

3. Опис курсу.

Кредит 1. Історія філософії як феноменологія світоглядних пошуків.

Тема 1. Філософія, її походження, проблематика та функції.

Філософія, світогляд культура. Історичні типи світогляду: міф, релігія, науковий світогляд. Предмет філософії. Проблема начала філософії. Природа та типи філософських проблем. Головні напрями у філософії. Проблема метода у філософії. Діалектика та метафізика.. Функції філософії.

Тема 2. Історія філософії.

Філософія Стародавнього Сходу та її своєрідність. Своєрідність філософії стародавньої Греції. Аристотель як систематизатор античної філософії.

Християнська апологетика та патристика. Аврелій Августин та його вчення. Схоластика. Суперечка про природу понять: реалізм і номіналізм. Вчення Фоми Аквінського про єдність душі і тіла, про двоїстість істини, про співвідношення релігії, філософії і науки.

Філософія Відродження. Філософія гуманізму. Антропоцентризм як реакція на середньовічний геоцентризм. Натурфілософія Відродження. Пантеїзм. Геліоцентризм і вчення про нескінченність Всесвіту. Соціальна філософія Відродження. Реформація, її ідеї.

Тема 3. Класична, некласична і постнекласична філософія.

Наукова революція ХУП ст. Головні риси філософії Нового часу. Проблема методу пізнання у філософії. Емпірична і раціоналістична методологія. Теорія пізнання та емпіризм. Сенсуалістична теорія пізнання. Гносеологічний скептицизм. Раціоналістична теорія пізнання. Створення механістичної матеріалістичної картини світу. Поняття субстанції і модусів у філософії Спінози. Дуалізм Р.Декарта. Монадологія Г.Лейбніца. Вчення Т.Гоббса про державу. Соціально-політичні погляди Ф.Бекона, Дж.Локка, Б.Спінози. Проблема людини у філософії Просвітництва. Французький матеріалізм.

Місце німецької класичної філософії в історії новоевропейської філософії. Філософські погляди І.Канта докритичного та критичного періодів. Філософія Г.Гегеля:

вчення про Абсолютну ідею та діалектичний метод дослідження. Наука логіки. Філософія природи. Філософія духу. Філософія історії. Антропологічний матеріалізм Л.Фейєрбаха.

Плюралізм течій сучасної філософії. Некласична філософія кінця XIX – початку XX ст. Ірраціоналістично-містична тенденція. Позитивістська тенденція. Загальні особливості філософії XX та початку XXI ст. Раціоналістична тенденція.

Провідні філософські джерела та філософські ідеї часів Київської Русі. Становлення філософії українського духу в Києво-Могилянській академії. Життя та філософська діяльність Г.Сковороди. Український романтизм (М.Гоголь, М.Костомаров, П.Куліш та ін.) Філософські ідеї Т.Шевченка. Університетська філософія в Україні XIX ст..(С.Гогоцький, П.Юркевич та ін.) Філософія України в радянський період. Розробка філософських проблем в сучасній Україні.

Кредит 2. Теоретична філософія

Тема 1. Філософський зміст проблеми буття.

Ідея теоретичної філософії та її значення у розвитку філософського знання.

Проблема буття в історико-філософському окресленні. Категоріальні визначення буття. Основні форми буття. Буття людини як фундаментальна проблема філософії. Матеріальний світ та поняття матерії. Розвиток уявлень про матерію в історії філософії і природознавстві. Структурність та системність матерії. Поняття руху. Проблема руху в історії філософії та природознавстві. Розвиток уявлень про простір та час в історії філософії та природознавстві. Субстанційна і реляційна концепція простору і часу. Концепції простору та часу у сучасній науці. Проблема єдності світу.

Тема 2. Онтологія і метафізика. Діалектика.

Онтологія як фундаментальний розділ філософії. Основне питання онтології. Типи філософського світогляду. Проблема «архе». Онтологія і метафізика. Термін «метафізика» як вчення про суще. Діалектика як вчення про всезагальний зв'язок і розвиток матеріального та духовного світу. Історичні форми діалектики. Альтернативи діалектики.

Тема 3. Феномен свідомості .

Проблема свідомості у філософії. Форми суспільної та індивідуальної свідомості. Аналіз основних філософських концепцій свідомості. Проблема генезису свідомості. Філософія та сучасна наука про передумови виникнення свідомості. Структура свідомості. Форми суспільної та індивідуальної свідомості.

Тема 4. Гносеологія як теорія пізнання. Проблема істини.

Специфіка філософського підходу до пізнання. Гносеологія та її місце у структурі філософського знання. Проблема пізнаваності світу: аналіз основних підходів у різних філософських напрямках. Суб'єкт та об'єкт пізнання. Основні принципи теорії пізнання. Особливості пізнання природного, соціокультурного і духовного світу людини. Поняття, структура і форми практики. Функції практики у пізнанні. Структура пізнавального процесу. Чуттєвий та раціональний ступіні пізнання. Діалектика процесу пізнання, Форми раціонального пізнання: відчуття, сприйняття, уявлення. Форми раціонального пізнання: поняття, судження, умовивід. Дилема емпіризму та раціоналізму.

Пізнання і творчість. Інтуїція та її роль у пізнанні. Проблема істини в філософії. Класична концепція істини та її альтернативи.

Тема 5. Епістемологія як теорія наукового пізнання.

Наукове пізнання та його специфічні ознаки: особливості об'єкта, цілей, засобів, методів і результатів наукового пізнання. Тенденція розвитку загальної методології. Методологія як стиль мислення. Емпіричний та теоретичний рівні наукового пізнання. Методи емпіричного дослідження. Специфіка і методи теоретичного пізнання. Загальнонаукові методи. Основні форми наукового пізнання: факт, проблема, гіпотеза, теорія. Структура і функції наукової теорії. Проблема наукової раціональності і форми поза наукового знання.

Типологія філософських проблем науки. Генезис науки. Тенденції розвитку науки. Наука як соціокультурний феномен. Філософія і наука: історичні форми взаємозв'язку. Статус і функції науки у сучасному суспільстві. Етика науки і проблема соціальної відповідальності вченого. Структура і динаміка науки. Наукові традиції і революції в науці. Особливості класичної, неklasичної і постнеklasичної науки. Проблема специфіки природознавчого і гуманітарного знання.

Кредит 3. Практична філософія

Тема 1. Проблема людини в історії філософії. Зміст людського буття.

Ідея практики та практичній філософії.

Поняття соціального в філософії. Специфіка предмета соціальної філософії. Поняття суспільства. Соціум як історичний процес. Суспільство як система.

Природа і суспільство. Історичні форми взаємодії суспільства і природи.

Специфіка філософського аналізу феномена людини. Предмет і основні проблеми філософської антропології. Образи людини в історії філософії. Сцієнтистська, екзистенціальна і соціально-критична стратегії тлумачення буття людини у світі. Людина як єдність біологічного і соціального. Проблема походження людини. Людина як космопланетарний феномен. Антропокосмічна тема в історії філософії і культури. Коеволюція людини і природи. Людина та її середовище життя.

Соціальні та екзистенціальні аспекти буття людини. Проблема нового екобуття людства.. Гармонізація відносин між людиною та природою.

Поняття соціального передбачення і прогнозування майбутнього. Концепції майбутнього людства. Сутність, основні види і методи соціального прогнозування.

Тема 2. Цінності : поняття і природа. Соціалізація особистості.

Цінності: розвиток філософських уявлень про цінності. Філософія раціоналізму. Філософія І. Канта. Аксиологічний напрям у історії філософії (друга половина XIX ст.) Аксиологічна проблематика у філософії XX століття: феноменологія, екзистенціалізм, герменевтика, теорія соціальної дії. Цінності в структурі соціуму. Суб'єкт - об'єктна природа цінностей. Світ цінностей. Ієрархія цінностей людського буття. Цінності як ядро світоглядної проблематики.

Духовна культура. Феномен культури та основні напрями його філософського аналізу: аксіологічний, діяльнісний, комунікативний підходи. Матеріальна і духовна культура суспільства. Суперечності у розвитку культури. Загальнолюдське і класове, інтернаціональне і національне у культурі. Проблема українського національного відродження і культура. Проблема єдності і різноманіття культурно-історичного процесу. Соціалізація особистості: зміст, види, етапи, проблеми. Фактори соціалізації. Життєва позиція особистості. Виховання особистості. Соціальні норми. Соціальний контроль.

4. Завдання курсу.

- засвоєння знань, що складають зміст філософії як науки, усвідомлення системи її категорій, понять і термінів; осмислення провідних характерних особливостей філософського мислення;
- показати проблематику сучасної філософії, виділити особливості її стилю мислення; з'ясувати зв'язки сучасної філософії із болючими проблемами сучасної суспільної історії;
- пояснити зв'язки сучасної філософії із іншими напрямками інтелектуальної діяльності – наукою, релігією, мистецтвом, соціальними та політичними теоріями;
- визначити роль української філософії в розвитку української культури, позначити її зв'язок із історією світової філософії;
- виявити провідні тенденції сучасного розвитку української філософії;
- виявити особливості проявів філософського мислення у сфері осмислення засад дійсності, окреслити найважливіші особливості сучасної наукової картини світу;
- поглибити уявлення про особливості духовних процесів, що перебувають у дії, функціонують; з'ясувати зв'язок пізнання із становищем людини у світі, із її життєвою долею та перспективами;

У результаті вивчення курсу студенти повинні:

знати:

предмет та функції філософії; світогляд та його історичні типи; генезис філософії та її співвідношення з іншими типами світогляду;
специфіку та структуру філософського знання; основне коло філософських проблем; категоріальні визначення буття; розвиток уявлень про матерію в історії філософії; філософські аспекти проблеми руху; сучасні концепції простору та часу; історичні форми діалектики; альтернативи діалектики; основні принципи діалектики та зміст основних законів діалектики; зміст парних категорій діалектики;

вміти:

розрізняти та виявляти специфіку різних типів світогляду;
пов'язувати загальні філософські проблеми з вирішенням завдань у різних галузях сучасної науки;
робити порівняльний аналіз філософського та конкретно-наукового тлумачення буття;
розрізняти філософське та природознавче тлумачення поняття „матерія”;
аналізувати структуру, ознаки та основні функції свідомості; наводити конкретні приклади реальних виявлень діалектики при аналізі складних проблем психіки людини;
розрізняти метафізичну та діалектичну концепції розвитку світу; наводити конкретні приклади реальних виявлень метафізики при аналізі проблем суспільства.

5. Статус у навчальному плані.

Нормативна навчальна дисципліна із циклу загальних компетентностей.

6. Лектор: доктор філософії, професор Дулін П.Г.

7. Форми і методи навчання: Лекційні та практичні заняття з використанням традиційних методів, інтерактивної методики та комп'ютерної техніки, індивідуальна робота, самостійна робота.

8. Форми організації контролю знань та система оцінювання. Поточний та підсумковий контроль здійснюється у вигляді комп'ютерних тестів на освітньому просторі університету.

Для оцінювання використовується національна чотирибальна шкала: відмінно, добре, задовільно, незадовільно; європейська шкала: А, В, С, D, E, FX.

60% балів студенти накопичують на заняттях та під час поточного контролю, що регламентується робочою програмою викладача, 40% балів студенти набирають на іспиті.

9. Мова викладання: українська.

3. УКРАЇНСЬКА МОВА (ЗА ПРОФЕСІЙНИМ СПРЯМУВАННЯМ)

1. Ідентифікація

<i>Шифр: Н.Д. 1.1.3</i>	<i>Характеристика навчального курсу</i>
<i>Кількість кредитів відповідних ЄКТС:3 Загальна кількість годин: 90 год. Тижневих годин: – 2 год.</i>	Нормативна Курс: I Семестр: 2 Лекції: 4 Практичні заняття: 26 Самостійна робота: 60 Вид контролю: залік

2. Мета курсу: підвищення рівня загальномовної підготовки, мовної грамотності, комунікативної компетентності студентів, практичне оволодіння основами офіційно-ділового, наукового, розмовного стилів української мови, що забезпечить професійне спілкування на належному мовному рівні; набуття комунікативного досвіду, що сприяє розвиткові креативних здібностей студентів та спонукає до самореалізації фахівців, активізує пізнавальні інтереси, реалізує евристичні здібності як визначальні для

формування професійної майстерності та конкурентоздатності сучасного фахівця; вироблення навичок оптимальної мовної поведінки у професійній сфері: вплив на співрозмовника за допомоги вмілого використання різноманітних мовних засобів, оволодіння культурою монологу, діалогу та полілогу; сприйняття й відтворення фахових текстів, засвоєння лексики і термінології свого фаху, вибір комунікативно виправданих мовних засобів, послуговування різними типами словників.

3. Опис курсу.

Тема 1. Державна мова — мова професійного спілкування.

Предмет і завдання курсу, його наукові основи. Поняття національної та літературної мови. Найістотніші ознаки літературної мови. Мова професійного спілкування як функціональний різновид української літературної мови. Професійна мовнокомунікативна компетенція. Мовні норми. Мовне законодавство та мовна політика в Україні.

Тема 2. Основи культури української мови.

Мова і культура мовлення в житті професійного комунікатора. Комунікативні ознаки культури мови. Комунікативна професіограма фахівця. Словники у професійному мовленні. Типи словників. Роль словників у підвищенні мовленнєвої культури. Мовний, мовленнєвий, спілкувальний етикет. Стандартні етикетні ситуації. Парадигма мовних формул.

Тема 3. Стилї сучасної української літературної мови у професійному спілкуванні.

Функціональні стилї української мови та сфера їх застосування. Основні ознаки функціональних стилів. Професійна сфера як інтеграція офіційно-ділового, наукового і розмовного стилів. Текст як форма реалізації мовнопрофесійної діяльності.

Тема 4. Спілкування як інструмент професійної діяльності.

Спілкування і комунікація. Функції спілкування. Види, типи і форми професійного спілкування. Основні закони спілкування. Стратегії спілкування. Невербальні компоненти спілкування. Гендерні аспекти спілкування. Поняття ділового спілкування.

Тема 5. Риторика і мистецтво презентації.

Поняття про ораторську (риторичну) компетенцію. Публічний виступ як важливий засіб комунікації. Мистецтво аргументації. Техніка і тактика аргументування. Мовні засоби переконування. Комунікативні вимоги до мовної поведінки під час публічного виступу. Види публічного мовлення. Презентація як різновид публічного мовлення. Типи презентацій. Мовленнєві, стилістичні і комунікативні принципи презентації. Культура сприймання публічного виступу. Уміння ставити запитання, уміння слухати.

Тема 6. Культура усного фахового спілкування.

Особливості усного спілкування. Способи впливу на людей під час безпосереднього спілкування. Індивідуальні та колективні форми фахового спілкування. Функції та види бесід. Стратегії поведінки під час ділової бесіди. Співбесіда з роботодавцем. Етикет телефонної розмови.

Тема 7. Форми колективного обговорення професійних проблем.

Мистецтво перемовин. Збори як форма прийняття колективного рішення. Нарада. Дискусія. «Мозковий штурм» як евристична форма, що активізує креативний потенціал співрозмовників під час колективного обговорення проблеми. Технології проведення «мозкового штурму».

Тема 8. 1. Ділові папери як засіб писемної професійної комунікації.

Класифікація документів. Національний стандарт України. Вимоги до змісту та розташування реквізитів. Вимоги до бланків документів. Оформлювання сторінки. Вимоги до тексту документа.

Тема 8.2. Документація з кадрово-контрактних питань.

Резюме. Характеристика. Рекомендаційний лист. Заява. Види заяв. Автобіографія. Особовий листок з обліку кадрів. Наказ щодо особового складу. Трудова книжка. Трудовий договір. Контракт. Трудова угода.

Тема 8.3. Довідково-інформаційні документи.

Прес-реліз. Повідомлення про захід. Звіт. Службова записка. Рапорт. Довідка. Протокол, витяг з протоколу.

Тема 8.4. Етикет службового листування.

Класифікація листів. Реквізити листа та їх оформлювання. Різні типи листів.

Змістовий модуль 3. Наукова комунікація як складова фахової діяльності.

Тема 9. Українська термінологія в професійному спілкуванні.

Історія і сучасні проблеми української термінології. Теоретичні засади термінознавства та лексикографії. Термін та його ознаки. Термінологія як система. Загальнонаукова, міжгалузева і вузькоспеціальна термінологія. Термінологія обраного фаху. Способи творення термінів. Нормування, кодифікація і стандартизація термінів. Українські електронні термінологічні словники.

Тема 10. Науковий стиль і його засоби у професійному спілкуванні.

Становлення і розвиток наукового стилю української мови. Особливості наукового тексту і професійного наукового викладу думки. Мовні засоби наукового стилю. Оформлювання результатів наукової діяльності. План, тези, конспект як важливий засіб організації розумової праці. Анотування і реферування наукових текстів. Основні правила бібліографічного опису джерел, оформлювання посилань. Реферат як жанр академічного письма. Складові реферату. Стаття як самостійний науковий твір. Вимоги до наукової статті. Основні вимоги до виконання та оформлювання курсової, бакалаврської робіт. Рецензія, відгук як критичне осмислення наукової праці. Науковий етикет.

Тема 11. Проблеми перекладу і редагування наукових текстів.

Форми і види перекладу. Буквальний, адекватний, реферативний, анотаційний переклади. Типові помилки під час перекладу наукових текстів українською. Вибір синоніма під час перекладу. Переклад термінів. Особливості редагування наукового тексту. Помилки у змісті й будові висловлювань. *Модульний контроль.*

4. Завдання курсу.

У результаті вивчення курсу студенти повинні:

знати:

- основи теорії писемної та усної комунікації;
- систему норм сучасної української літературної мови (фонетичних, орфоепічних, орфографічних, лексико-семантичних, граматичних, стилістичних);
- особливості офіційно-ділового, наукового, розмовного стилів сучасної української літературної мови;
- мовний, мовленнєвий, спілкувальний етикет; стандартні етикетні ситуації; парадигму мовних формул;
- види, типи і форми професійного спілкування; основні закони спілкування; стратегії спілкування;
- мовні засоби переконування; способи впливу; стратегії поведінки під час ділової бесіди; лексику і термінологію обраного фаху;
- класифікацію документів, Національний стандарт України, вимоги до тексту документа;
- науковий етикет;
- основні правила бібліографічного опису джерел, оформлювання покликань;

вміти:

- правильно використовувати різні мовні засоби відповідно до комунікативних намірів; влучно висловлювати думки для успішного розв'язання проблем і завдань у професійній діяльності;
- сприймати, відтворювати, редагувати тексти офіційно-ділового й наукового стилів;
- скорочувати та створювати наукові тексти професійного спрямування, складати план, конспект, реферат тощо, робити необхідні нотатки, виписки відповідно до поставленої мети;
- складати різні типи документів, правильно добираючи мовні засоби, що репрезентують їх специфіку;

- послуговуватися лексикографічними джерелами (словниками) та іншою допоміжною довідковою літературою, необхідною для самостійного вдосконалення мовної культури.

5. Статус у навчальному плані.

Нормативна навчальна дисципліна із циклу загальних компетентностей.

6. Лектор: старший викладач кафедри методики навчання мови і літератури, к.п.н. Гінкевич О.В.

7. Форми і методи навчання: Лекційні та практичні заняття з використанням традиційних методів, інтерактивних методик та комп'ютерної техніки, індивідуальна робота, самостійна робота.

8. Форми організації контролю знань та система оцінювання. Поточний та підсумковий контроль здійснюється у вигляді (комп'ютерних) тестів, контрольних робіт.

Для оцінювання використовується національна чотирьохбальна шкала: відмінно, добре, задовільно, незадовільно; європейська шкала: А, В, С, D, E, FX.

60% балів студенти накопичують на заняттях та під час поточного і підсумкового контролю, що регламентується робочою програмою викладача.

9. Мова викладання: українська.

4. Іноземна мова за професійним спрямуванням

1. Ідентифікація

Шифр: 1.1.4.	Характеристика навчального курсу
<i>Кількість кредитів відповідних ЄКТС: 6</i> <i>Загальна кількість годин: 180 год.</i> <i>Тижневих годин: – 2 год.</i>	Нормативна Курс: I Семестр: I,II Практичні заняття: 60 Самостійна робота: 120 Вид контролю: екзамен, залік

2. Мета курсу: формування навичок практичного володіння іноземною мовою як засобом спілкування в різних видах мовленнєвої діяльності в обсязі тематики, що обумовлена професійними потребами.

3. Опис курсу.

Кредит 1. Англійська мова в нашому житті. Засоби масової інформації.

Тема 1. Засвоєння лексичного мінімуму до тем: «Англійська мова в нашому житті.. Помешкання англійців. Моя квартира». Граматична тема: «Дієслово to be. Артиклі».

Тема 2. Засвоєння лексичного мінімуму до тем: Засвоєння лексичного мінімуму до тем: «Спорт у Великій Британії». Граматична тема: «Спеціальні питання. Загальні питання.

Тема 3. Засвоєння лексичного мінімуму до тем: «Супутники та телезв'язок». Граматична тема: . Засвоєння лексичного мінімуму до тем: «Модальні дієслова.. Модальні дієслова в минулому часі».

Тема 4.Засвоєння лексичного мінімуму до тем: Характер британців. Граматика: Дієслово to have.

Тема 5.Засвоєння лексичного мінімуму до тем: Спорт в Австралії. Граматика: Особові займенники. Зворотні займенники».

Кредит 2. Навколишнє середовище. Різні види спорту.

Тема 1. Засвоєння лексичного мінімуму до тем: «Політична система в Україні. Граматичні теми: «Речення, що починаються з it».

Тема 2. Засвоєння лексичного мінімуму до тем: «Забруднення води». Граматичні теми: «Продовжений вид дієслів».

Тема 3. Засвоєння лексичного мінімуму до тем: «Баскетбол. Граматичні теми: «Дієслова у теперішньому часі пасивного стану. Дієслова у минулому часі пасивного стану».

Тема 4. Система освіти в Україні. Граматична тема: Питальні речення.

Тема 5. Європейські жінки вчора і сьогодні. Граматика: Пасивний стан дієслів

Кредит 3. Спорт в різних країнах.

Тема 1. Команди та спортивні ігри на уроці фізкультури. Граматична тема: Види дієслів.

Тема 2. Плавання. Граматична тема: Система часів англійського дієслова.

Тема 3. Перенаселення. Граматична тема: Перфектний вид дієслів.

Тема 4. Водне поло. Граматична тема: Типи присудка.

Тема 5. Видатний спортсмен. Граматична тема: Присвійний відмінок.

Кредит 4. Віртуальна реальність.

Тема 1. Інтернет. Граматична тема: Множина іменників.

Тема 2. Засоби масової інформації. Граматична тема: Минулий час.

Тема 3. Розвиток телекомунікацій. Граматична тема: Наказовий спосіб дієслів.

Тема 4. Бокс. Граматична тема: Основні члени речення.

Тема 5. Національні символи України. Граматична тема: Типи речень.

Кредит 5. Олімпійські ігри.

Тема 1. Спорт в США. Граматична тема: Узгодження часів.

Тема 2. Історія олімпійських ігор. Граматична тема: Займенники some, no, any.

Тема 3. Поштова служба. Граматична тема: Прийменники місця.

Тема 4. Озонова діра. Граматична тема: Прийменники часу.

Тема 5. Глобальне потепління. Граматична тема: Невизначений та продовжений вид дієслів.

Кредит 6. Засоби масової інформації.

Тема 1. Телебачення. Граматична тема: Зворотні займенники».

Тема 2. Радіо. Граматична тема: Невизначений та продовжений вид дієслів.

Тема 3. Вплив спорту на здоров'я людини. Граматична тема: Модальні дієслова.

Тема 4. Мій улюблений вид спорту. Граматична тема: Пасивний стан.

Тема 5. Хокей. Граматична тема: Ступені порівняння прикметників.

4. Завдання курсу.

У результаті вивчення курсу студенти повинні:

знати:

- лексичний матеріал, що включає в себе розмовні теми, основані на текстах підручників і навчальних посібників, діалоги і питання до яких спрямовані на розвиток вмінь та навичок з усного розмовного мовлення;

-граматичний матеріал з метою забезпечення вмінь та навичок писемного мовлення;

-фонетичний матеріал для вдосконалення вимови англійських звуків та інтонації англійського речення.

уміти:

-розуміти різноманітні тексти і розкривати інформацію, що міститься в них;

-висловлюватись вільно і спонтанно, не відчуваючи браку мовних засобів для вираження думки;

-ефективно і гнучко використовувати французьку мову в різноманітних ситуаціях соціального, навчально-академічного та професійного спілкування;

-висловлюватись з необхідним ступенем деталізованості

5. Статус у навчальному плані.

Нормативна навчальна дисципліна із циклу загальних компетентностей.

6. Лектор: ст. викладач, кандидат філологічних наук Майстренко Л.В.

7. Форми і методи навчання: Практичні заняття з використанням традиційних методів, , індивідуальна робота, самостійна робота.

8. Форми організації контролю знань та система оцінювання. Поточний та підсумковий контроль здійснюється у вигляді комп'ютерних тестів на освітньому просторі університету.

Для оцінювання використовується національна чотирибальна шкала: відмінно, добре, задовільно, незадовільно; європейська шкала: А, В, С, D, E, FX.

60% балів студенти накопичують на заняттях та під час поточного контролю, що регламентується робочою програмою викладача, 40% балів студенти набирають на іспиті.

9. Мова викладання:англійська.

5. УНІВЕРСИТЕТСЬКІ СТУДІЇ

1.Ідентифікація

Шифр: 1.1.5	Характеристика навчального курсу
<i>Кількість кредитів відповідних ЄКТС: 3</i> <i>Загальна кількість годин: 90 год.</i> <i>Тижневих годин: – 2 год.</i>	Нормативна Курс: I Семестр: I Лекції: 8 Практичні заняття: 22 Самостійна робота: 60 Вид контролю: екзамен

2. Мета курсу: підготовка студентів до навчання в університеті відповідно до сучасних інтеграційних процесів у міжнародній освіті в контексті Болонської декларації, ознайомлення із Законом України «Про вищу освіту», змістом їх майбутньої професії, з характером і сферою професійної діяльності, з особливостями практичної підготовки.

3. Опис курсу.

Тема 1. Вища освіта в контексті Болонського процесу.

Поняття „вищий навчальний заклад”. Типи ВНЗ. Поняття „акредитація”. Рівні акредитації вищих навчальних закладів в Україні. Зміна „парадигми” вищої освіти. Поняття „вища освіта”. Закон України «Про вищу освіту» Стандартизація й уніфікація вищої освіти. Фундаменталізація та індивідуалізація підготовки фахівців з вищою освітою. Болонський процес. Основні завдання, принципи та шляхи формування Європейського освітнього простору вищої освіти.

Тема 2. Структура вищої освіти в Україні.

Основні принципи освіти в Україні. Національні ступеневі освітні рівні: дошкільна освіта; початкова загальна освіта; базова загальна середня освіта; повна загальна середня освіта; професійно-технічна освіта; вища освіта.

Освітньо-кваліфікаційні рівні та ступені. Національної рамки кваліфікацій. Кваліфікація вищої освіти (академічна кваліфікація). Компетентність. Результати навчання. Кваліфікація.

Тема 3. Управління вищими навчальними закладами.

Зовнішнє та внутрішнє управління вищим навчальним закладом. Студентське самоврядування як невід’ємна складова демократизації вищої школи.

Тема 4. Організація освітнього процесу у вищому навчальному закладі.

Основні завдання вищого навчального закладу. Форми власності ВНЗ. Надання ВНЗ статусу національного.

Освітній процес. Форми навчання у вищих навчальних закладах. Форми організації освітнього процесу. Основні види навчальних занять у ВНЗ.

Тема 5. Навчання і побут студентів вищого навчального закладу.

Права і обов’язки осіб, які навчаються у вищих навчальних закладах.

Критерії оцінювання знань та вмінь студентів.

Переведення, відрахування, поновлення студентів, надання повторного навчання, академічної відпустки. Стипендіальне забезпечення студентів.

Тема 6. Фізична культура як суспільне явище.

Місце фізичної культури в загальній культурі людства. Основні поняття, предмет і проблематика навчальної дисципліни. Завдання та функції фізичної культури в

суспільстві. Форми та засоби фізичного виховання. Актуальні проблеми розвитку фізичного виховання та спорту.

Тема 7. Міжнародний спортивний рух.

Історія зародження і розвитку спорту. Міжнародні спортивні організації. Стародавні та сучасні Олімпійські ігри. Проблеми сучасного міжнародного спорту.

Тема 8. Фізкультурно-спортивний рух в Україні.

Передумови зародження і розвитку фізкультурно-спортивного руху в Україні. Традиції українського спорту. Внесок українців в Олімпійський рух. Шлях до олімпійського визнання. Сучасні досягнення та проблеми українського спорту.

Тема 9. Програмно-нормативні і організаційні засади розвитку галузі фізичної культури.

Законодавча база фізичної культури та спорту в Україні. Закон України «Про фізичну культуру і спорт». Державні програми розвитку фізичної культури і спорту в Україні. Структура, взаємозв'язок і характер діяльності фізкультурно-спортивних організацій України. Основні фізкультурно-спортивні організації міста. Матеріально-технічна база фізичної культури і спорту. Джерела фінансування галузі. Науково-інформаційне забезпечення фізкультурно-спортивного руху.

Тема 10. Професійна діяльність фахівців фізичної культури та спорту.

Спеціальність, спеціалізації, освітньо-кваліфікаційні рівні та посади фахівців фізичного виховання. Учитель фізичної культури – ключова фігура фізичного виховання. Складники професійної майстерності та службові обов'язки вчителя фізичної культури. Урок як основна форма фізичного виховання. Особа тренера в сучасному спорті і його унікальні обов'язки. Складники професійної майстерності та структура діяльності тренера. Організація тренувального процесу. Підготовка спортсмена до змагань.

Тема 11. Основи науково-дослідної роботи.

Основні поняття та визначення. Класифікація наук. Перетворення науки в безпосередню продуктивну силу. Загальні принципи наукової творчості. Основні методи наукового дослідження у сфері фізичного виховання і спорту. Робота над статтями і доповідями. Поняття та відмінності рефератів, індивідуальних навчально-дослідних завдань та курсових робіт (проектів). Особливості підготовки та оформлення рефератів. Розробка індивідуальних навчально-дослідних завдань. Оформлення студентських робіт згідно з державними стандартами.

4. Завдання курсу.

У результаті вивчення курсу студенти повинні:

знати:

- об'єктивні передумови виникнення, суть, функції, характерні ознаки інтеграційних процесів у міжнародній освіті;
- основні завдання, принципи та етапи формування європейського простору вищої освіти;
- основні положення Болонського процесу, кредитно-трансфертної системи залікових кредитів;
- Болонський процес як засіб інтеграції і демократизації вищої освіти країн Європи;
- проблеми адаптації вищої освіти України до вимог Болонського процесу;
- суть та сенс європейсько-трансфертної системи (ЄКТС);
- принципи організації бібліотечної справи університету;
- необхідність впровадження і проблеми розвитку студентського самоврядування;
- основні положення Статуту Університету;
- основи майбутньої професії і спеціалізаціями;
- основну професійну (понятійну) мову;
- основні напрями педагогічної діяльності фахівця;
- структуру організації навчального процесу;

- загальну архітектоніку навчального плану і навчального процесу напряму підготовки;
- особливості роботи керівника фізичного виховання та спорту, вчителя фізичної культури, тренера з виду спорту;
- права і обов'язки студентів.

уміти:

- використовувати отримані теоретичні знання на практиці;
- ефективно вести науковий пошук з обраної для дослідження проблеми;
- правильно оформляти студентську наукову роботу;
- самостійно знаходити потрібну навчальну, методичну та наукову літературу із заданої тематики дослідження (дисципліни);
- розподіляти час самостійної роботи;
- ефективно організовувати навчальну діяльність;
- ефективно використовувати існуючі інформаційні ресурси;
- володіти основами інтерв'ювання працівників галузі фізичної культури та спорту.

5. Статус у навчальному плані.

Нормативна навчальна дисципліна із циклу загальних компетентностей.

6. Лектор: доцент, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри ТМФК Литвиненко О. М.

7. Форми і методи навчання: Лекційні та практичні заняття з використанням традиційних методів, інтерактивних методик та комп'ютерної техніки, індивідуальна робота, самостійна робота.

8. Форми організації контролю знань та система оцінювання. Поточний та підсумковий контроль здійснюється у вигляді комп'ютерних тестів на освітньому просторі університету.

Для оцінювання використовується національна чотирибальна шкала: відмінно, добре, задовільно, незадовільно; європейська шкала: А, В, С, D, E, FХ.

60% балів студенти накопичують на заняттях та під час поточного контролю, що регламентується робочою програмою викладача, 40% балів студенти набирають на іспиті.

9. Мова викладання: українська.

6. АНАТОМІЯ ЛЮДИНИ

1. Ідентифікація

Шифр: НД 1.2.1	Характеристика навчального курсу
<p><i>Кількість кредитів відповідних ЄКТС: 5</i></p> <p><i>Загальна кількість годин: 150 год.</i></p> <p><i>Тижневих годин: - 2 год.</i></p>	<p>Нормативна</p> <p>Курс: I</p> <p>Семестр: 1</p> <p>Лекції: 10 год.</p> <p>Практичні заняття: 14 год.</p> <p>Лабораторні заняття: 26 год.</p> <p>Самостійна робота: 100 год.</p> <p>Вид контролю: екзамен</p>

2. Мета курсу: дати студентам знання про будову організму людини з урахуванням його історичного розвитку у взаємозв'язку із зовнішнім середовищем, віковими та індивідуальними особливостями і тих змін, що відбуваються в ньому у зв'язку із заняттями фізичною культурою.

3. Опис курсу.

Тема 1. Анатомія як наука і навчальний предмет. Предмет, мета і завдання курсу «Анатомія людини». Положення людини у природі. Загальні принципи будови і розвитку організму людини. Історичний розвиток анатомії як науки.

Тема 2. Скелет людини. Анатомо-фізіологічні особливості скелету тулуба. Особливості рухомих і нерухомих з'єднань кісток тулуба, кінцівок і голови.

Тема 3. Скелет кінцівок і голови Будова і функції. Адаптація кісткової системи до фізичних навантажень.

Тема 4. М'язова система людини. М'язи тулуба. Топографія, будова і функції м'язів спини, грудей і живота. Проекція м'язів тулуба на поверхні тіла.

Тема 5. М'язи голови шиї і кінцівок голови, шиї і кінцівок. Топографія, будова і функція м'язів голови, шиї і кінцівок. Проекція м'язів голови, шиї і верхніх кінцівок на поверхні тіла. визначення показника масивності і умовного моменту сили м'язів плеча і передпліччя. Топографія, будова і функції м'язів таза, стегна, гомілки і стопи. Проекція м'язів нижньої кінцівки на поверхні тіла. Визначення показника масивності і умовного показника сили м'язів стегна. Адаптація м'язової системи до фізичних навантажень.

Тема 6. Динамічна анатомія. Основні принципи анатомічного аналізу положень і руху тіла. Характеристика положень тіла. Загальний центр ваги та його роль в механічній стійкості тіла. Загальна класифікація рухів. Положення тіла при нижній і верхній опорі. Анатомічна характеристика циклічних і ациклічних рухів тіла людини. Ходьба. Спеціальні види ходьби. Біг. Стрибок у довжину з місця. Анатомо-динамічна характеристика обертальних рухів тіла людини (сальто назад, підйом розгинанням).

Тема 7. Будова внутрішніх органів. Травна і дихальна системи. Особливості розміщення, будови і функції, органів ротоглотки, верхнього і середнього і нижнього відділів апарату травлення. Будова печінки і підшлункової залози. проекція внутрішніх органів на поверхні тіла. Особливості розміщення, будови і функції органів повітроносного і респіраторного відділів апарату дихання. Проекція органів дихання на поверхні тіла.

Тема 8. Сечостатеви́й апарат. Особливості розміщення, будови і функції сечовиділення. Проекція органів сечовиділення на поверхні тіла. Особливості розміщення, будови і функції жіночих і чоловічих статевих органів. Проекція внутрішніх статевих органів на поверхні тіла.

Тема 9. Ендокринна система. Особливості розміщення, будови і функції органів ендокринної системи. Вікові зміни залоз. Макро– і мікробудова органів ендокринної системи.

Тема 10. Судинна система. Топографія, будова і функція серця. Вплив фізичних вправ і спорту на розміри, будову і функцію серця. Артерії малого і великого кола кровообігу. Структурно-функціональна характеристика вен малого і великого кола кровообігу. Лімфатична система. Зміни в будові кровоносних і лімфатичних судин під впливом фізичних вправ і спорту.

Тема 11. Нервова система. Анатомо-фізіологічна характеристика нервової системи. Будова і функція спинного мозку. Головний мозок. Вплив фізичних тренувань на стан центральної нервової системи. Провідні шляхи центральної нервової системи. Анатомо-фізіологічна характеристика периферичної нервової системи. Соматичний і автономний відділи нервової системи в нормі і в умовах регулярних фізичних

Тема 12. Аналізатори. Анатомічна характеристика органів чуття (органів зору, слуху і рівноваги, самку і нюху). Шкірний покрив тіла. Морфофункціональні зміни в органах чуття при систематичних фізичних навантаженнях.

Тема 13. Спортивна морфологія. Фізичний розвиток людини. Адаптація систем організму до фізичних навантажень. Основи вікової морфології.

Тема 14. Фізичний розвиток людини.

Тема 15. Адаптація систем організму до фізичних навантажень.

Тема 16. Основи вікової морфології.

4. Завдання курсу.

У результаті вивчення курсу студенти повинні:

знати:

будову тіла на різних рівнях організації у нормі та за умов впливу фізичних навантажень; структурні зміни систем організму у процесі адаптації до фізичних навантажень та особливості будови тіла, як еталонної моделі в обраному виді спорту; закономірності зв'язку біологічного віку з руховими можливостями; вплив генотипу на спортивну працездатність.

вміти:

аналізувати положення та рухи тіла людини; використовувати морфологічні закономірності адаптації у плануванні багаторічної та поточної підготовки; проводити орієнтацію на відбір спортсменів для спорту вищих досягнень.

5. Статус у навчальному плані.

Нормативний курс із циклу професійної підготовки.

6. Лектор: професор, доктор біологічних наук Рожков І.М.

7. Форми і методи навчання: Лекційні, практичні та лабораторні заняття з використанням традиційних методів, інтерактивної методики та комп'ютерної техніки, індивідуальна робота, самостійна робота.

8. Форми організації контролю знань та система оцінювання. Поточний та підсумковий контроль здійснюється у вигляді комп'ютерних тестів на освітньому просторі університету. Для оцінювання використовується національна чотирибальна шкала: відмінно, добре, задовільно, незадовільно; європейська шкала: А, В, С, D, E, FХ. Для заліку - 100% балів студенти накопичують на заняттях та під час поточного і підсумкового контролю, що регламентується робочою програмою викладача.

Для іспиту - 60% балів студенти накопичують на заняттях та під час поточного контролю, що регламентується робочою програмою викладача, 40% балів студенти набирають на іспиті.

9. Мова викладання: українська**7. БІОХІМІЯ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ****1. Ідентифікація**

Шифр: НД 1.2.2	Характеристика навчального курсу
<p><i>Кількість кредитів відповідних ЄКТС: 4</i> <i>Загальна кількість годин: 120 год.</i> <i>Тижневих годин: – 2 год.</i></p>	<p>Нормативна Курс: I Семестр: 2 Лекції: 10 год. Практичні заняття: 10 год. Лабораторні заняття: 20 год. Самостійна робота: 80 год. Вид контролю: екзамен</p>

2. Мета курсу: пояснити, як під впливом фізичних вправ змінюється метаболізм у м'язових волокнах, як залежить стан м'язів від забезпечення їх енергетичними субстратами та киснем. Особливу увагу приділено біохімічним факторам процесів стомлення, відновлення, адаптації до фізичних навантажень, а також розвитку нових методів контролю за функціональним станом спортсменів і доцільності використання спеціальних засобів, спрямованих на підвищення працездатності та прискорення процесів відновлення. Творче використання спеціалістами фундаментальних біохімічних знань дасть змогу значно підвищити якість підготовки спортсменів, розвинути на вищому рівні їх функціональні можливості, а головне – зберегти здоров'я.

3. Опис курсу.

Кредит 1. Загальні положення статичної біохімії.

Тема 1. Вступ. Предмет і завдання біохімії для теорії і практики фізичного виховання і спорту.

Предмет і задачі біохімії для теорії і практики фізичного виховання і спорту. Коротка історія біохімії. Розділи біохімії: статична, динамічна, функціональна (спеціальний розділ - біохімія спорту). Хімічний склад живих організмів: 4 типа біоорганічних молекул: білки, вуглеводи, ліпіди, нуклеїнові кислоти. Їх роль в обміні речовин. Будова та функції мембран, мембрани бактерій, мембрани еукаріотичних клітин. Властивості цитозоллю. Будова і функції ендоплазматичного ретикулуму. Мітохондрії як енергетичні станції клітини. Інші мембранні органели. Регуляція обміну речовин у клітині.

Тема 2. Основні положення органічної хімії

Теорії хімічної будови органічних сполук (Берцеліуса, Жерара, Бутлерова). Електронна будова атому вуглецю. Класифікація органічних речовин. Валентний стан атому вуглецю, типи гібридизації. Вуглеводні (алкани, алкени, алкіни). Будова, фізико-хімічні властивості, значення. Ароматичні вуглеводні. Будова бензолу. Критерії ароматичності.

Тема 3. Групи органічних сполук

Спирти (алкани, гліколи, діоли, гліцерин, ксиліт, сорбіт). Альдегиди, кетони (ізомерія, номенклатура). Фізичні та хімічні властивості. Карбонові кислоти (моно- і дикарбонові, ароматичні, оксикислоти та ін.), окремі представники, аміни (діаміни, ароматичні аміни). Гетероциклічні сполуки. Алкалоїди.

Кредит 2. Окремі біоорганічні сполуки. Білки та нуклеїнові кислоти.

Тема 4. Білки та нуклеїнові кислоти

Загальна характеристика білків, їх склад. Амінокислоти (будова та класифікація). Хімічні властивості амінокислот. Сучасні уяви про склад білків. Фізико-хімічні властивості білків. Класифікація білків. Порівняльна характеристика складних білків (нуклеопротейди, хромопротейди, ліпопротейди, глікопротейди, фосфопротейди, металопротейди). Нуклеїнові кислоти живих організмів, будова та функції. Специфічні нуклеотиди, їх роль в еволюції метаболізму. Генетичний код. Будова генів на різних рівнях філогенезу. Цитоплазматичні ДНК. Механізми еволюційної перебудови генному (мутації). Лабораторні методи дослідження амінокислот, білків, нуклеїнових кислот.

Тема 5. Вуглеводи

Загальна характеристика та класифікація вуглеводів. Моносахариди. Дисахариди, інші олігосахариди. Ізомерія та номенклатура. Полісахариди. Хімічні властивості, біологічне значення і знаходження в природі окремих вуглеводів. Лабораторні методи дослідження вуглеводів.

Тема 6. Ліпіди

Загальна характеристика ліпідів. Жирні кислоти та тригліцериди. Фосфоліпіди, сфінголіпіди, гліколіпіди. Воски. Терпени. Стероїди. Жири як джерело ендогенної води та енергії. Лабораторні методи дослідження жирних кислот та ліпідів.

Тема 7. Ферменти. Гормони. Вітаміни

Ферменти — біологічні каталізатори білкової природи. Властивості ферментів. Побудова ферментів (протейни, протейди). Специалізовані центри ферментів. Фактори, що впливають на активність ферментів. Класифікація та номенклатура ферментів (оксиредуктази, трансферази, гідролази, ліази, ізомерази, лігази). Практичне використання ферментів. Лабораторні та інструментальні методи дослідження ферментів.

Загальна характеристика гормонів. Види класифікацій гормонів. Гормони гіпофізу, підшлункової залози, інші гормони білкової природи. Гормони — похідні амінокислот. Стероїдні гормони. Загальна характеристика механізму гормональної регуляції. Лабораторні методи дослідження гормонів.

Історія відкриття, загальна характеристика вітамінів. Класифікація та номенклатура. Жиро- та водорозчинні вітаміни. Баланс вітамінів в організмі. Гіпер-, гіпо-, авітамінози. Вітамініні препарати. Інструментальні та клінічні методи дослідження вітамінів.

Кредит 3. Загальні положення динамічної біохімії

Тема 8. Обмін речовин і енергії.

Взаємозв'язок процесів анаболізму і катаболізму. Поняття про проміжний, зовнішній, пластичний і функціональний обмін. Вікові зміни обміну речовин. Основні етапи перетворення енергії в організмі. Окислення - основний шлях вивільнення енергії. Типи окислювальних реакцій в організмі: пряме приєднання кисню, відщеплення водню, перенос електронів.

Поняття про аеробне і анаеробне біологічне окислення. Особлива роль АТФ в енергетичному обміні. Взаємозв'язок обміну вуглеводів, білків і ліпідів: схожість проміжних продуктів обміну білків, вуглеводів, ліпідів; загальних шляхів перетворення вуглеводів, білків і ліпідів; центральна роль ацетил-кофермента А в обмінних процесах. Обмін води і мінеральних речовин.

Тема 9. Шляхи обміну білків і нуклеїнових кислот

Травлення білків. Шляхи перетворення амінокислот в організмі. Кінцеві продукти розпаду амінокислот. Обмін аміаку. Синтез сечовини. Білкова цінність їжі. Біосинтез білка. Рибосоми. Основні етапи біосинтезу білка: активація амінокислот, ініціація, елонгація, термінація поліпептидного ланцюга. Генетичний код. Обмін нуклеїнових кислот. Перетворення пуринових і піримідинових основ. Біосинтез нуклеотидів. Біосинтез нуклеїнових кислот (ДНК і РНК).

Тема 10. Обмін вуглеводів в організмі

Травлення та транспорт вуглеводів. Анаеробний шлях обміну вуглеводів. Бродиння. Гліколіз і глікогеноліз. Цикл трикарбонових кислот (цикл Кребса). Енергетичний баланс окислення вуглеводів. Апотомічний шлях окислення глюкози. Біосинтез глюкози. Глюконеогенез. Лабораторно-інструментальні методи дослідження вуглеводно-енергетичного обміну.

Тема 11. Шляхи обміну ліпідів

Травлення ліпідів. Травлення тригліцеридів, фосфогліцеридів, стеридів. Транспорт ліпідів. Внутріклітинне окислення продуктів гідролітичного розщеплення ліпідів: окислення гліцерину, β -окислення вищих жирних кислот. Кетоніві тіла. Біосинтез тригліцеридів. Синтез вищих жирних кислот. Біосинтез холестерину. Методи дослідження обміну ліпідів та основні показники.

Кредит 4. Біохімія м'язового скорочення.

Тема 12. Біохімія м'язів. Біохімічні основи м'язового скорочення. Біоенергетика м'язової діяльності. Доставка та споживання кисню м'язами.

Типи м'язів і м'язових волокон. Структурна організація м'язів (міофібрили, саркоплазматичний ретикулум). Хімічний склад м'язової тканини (саркоплазматичні і фібрилярні білки, небілкові компоненти). Структурні і біохімічні зміни в м'язах при скороченні і розслабленні. Молекулярний механізм м'язового скорочення. Значення АТФ і кальцію в процесах скорочення та розслаблення м'язів. Структурні і біохімічні зміни в м'язах при скороченні і розслабленні. Молекулярний механізм м'язового скорочення.

Загальна характеристика механізмів енергозабезпечення. АТФ. Креатинфосфокіназний механізм ресинтезу АТФ. Гліколітичний (анаеробний), міокіназний і аеробний метаболізм. Фактори, що впливають на утилізацію енергетичних джерел при фізичних навантаженнях. Залучення енергетичних систем при різних видах фізичної роботи та їх тренування. Транспортування кисню. Гемоглобін як фактор перенесення газів. Фактори, що лімітують споживання кисню під час м'язової роботи. Біохімічні зміни в окремих органах і тканинах внаслідок м'язової діяльності. Загальна характеристика змін біохімічних процесів при виконанні вправ різної потужності.

Тема 13. Біохімічні фактори втоми. Перекисне окислення ліпідів. Буферні системи організму.

Біохімічні фактори стомлення при виконанні короткочасних вправ максимальної та субмаксимальної потужності. Втома при виконанні вправ великої та помірної потужності. Втома, пов'язана з порушенням енергопостачання. Втома, зумовлена пригніченням

продуктів обміну метаболічних реакцій й іншими факторами. Пошкодження компонентів біологічних мембран. Основні механізми порушення бар'єрних властивостей ліпідного шару. Первинні радикали. Біохімічні методи вивчення радикальних реакцій. Клітинні системи антирадикального захисту. Кисотно-лужний стан внутрішнього середовища організму. Вплив рН на біологічні процеси. Порушення кислотно-лужної рівноваги при фізичних навантаженнях. Основні буферні системи організму, їх дія та властивості.

Тема 14. Метаболічні основи відновлення. Детоксикаційні системи організму. Динаміка біохімічних процесів відновлення після м'язової діяльності. Послідовність відновлення енергетичних субстратів. Вплив процесів відновлення на побудову спортивного тренування. Походження молочної кислоти в організмі, причини і шляхи її утилізації. Причини утворення, механізми утилізації амоніаку. Реакції циклу сечовини. Токсичні продукти ліпідного обміну та їх метаболізм.

Тема 15. Біохімічні фактори спортивної працездатності. Адаптаційні процеси при тренуванні. Біохімічні основи витривалості. Біохімічні основи швидкісно-силових якостей.

Обмеження фізичної працездатності. Показники аеробної і анаеробної працездатності спортсменів. Вплив тренувань на працездатність. Фізичні навантаження та тренувальний ефект. Специфічність адаптаційних змін в організмі внаслідок тренувань. Послідовність і зворотність адаптаційних змін. Циклічність розвитку адаптації. Фактори витривалості. Біоенергетичні критерії оцінювання витривалості. Методи тренувань, спрямовані на розвиток витривалості.

Біохімічні фактори, що впливають на швидкісно-силові якості. Характеристики швидкісно-силових якостей і умови їх розвитку. Біохімічні основи методів швидкісно-силової підготовки.

4. Завдання курсу.

У результаті вивчення дисципліни студент повинен:

Знати:

значення біохімії для спеціалістів по фізичному вихованню і спорту;
хімічний склад організму;
водно-дисперсні системи, їх значення в життєдіяльності живого організму;
буферну дію розчинів;
біологічне значення дифузії, осмосу, буферних систем, рН в біологічних системах;
загальну характеристику класу ліпідів;
загальну характеристику вуглеводів та їх класифікацію, прості вуглеводи: номенклатура, ізомерія, конформація, властивості, представники (рибоза, глюкоза, галактоза, фруктоза), складні вуглеводи: дисахариди, полісахариди: класифікація, хімічна структура, властивості, найважливіші представники (крохмаль, глікоген), біологічне значення полісахаридів;
елементарний склад білка, амінокислотний склад білків, ізоелектричний стан білкової молекули, спосіб зв'язку амінокислот в білковій молекулі;
структури білкової молекули;
властивості білків, класифікацію і номенклатуру білків, характеристики деяких простих та складних білків;
властивості ферментів;
вітаміни як біологічно активні речовини, їх роль в регуляції обміну речовин, класифікацію і біологічну роль вітамінів;
гормони як регулятори біохімічних процесів організму;
загальні закономірності обміну речовин, асиміляція і дисиміляція;
обмін енергії в організмі, основні макроергічні сполуки, сучасне уявлення про механізми біологічного окиснення;
джерела енергії для роботи м'язів, значення АТФ, вплив міозину на розщеплення АТФ;

обмін вуглеводів, використання вуглеводів як джерела енергії, ана- і аеробні перетворення вуглеводів;
 обмін тригліцеридів;
 загальні поняття про обмін білків і нуклеїнових кислот;
 закономірності біохімічних перетворень в організмі людини в процесі занять фізичними вправами;
 біохімію м'язів.

Вміти:

- використовувати знання біохімічних закономірностей фізичного розвитку для керування питанням відбору молоді для занять спортом;
- оцінювати біохімічні фактори, що лімітують рівень спортивних досягнень;
- оцінювати біохімічні процеси відновлення стану організму після м'язової роботи та біохімічної адаптації до систематичної м'язової діяльності.

5. Статус у навчальному плані.

Нормативний курс із циклу професійної підготовки.

Лектор: доктор біологічних наук, професор Рожков І.М.

6. Форми і методи навчання: Лекційні, практичні та лабораторні заняття з використанням традиційних методів, інтерактивної методики та комп'ютерної техніки, індивідуальна робота, самостійна робота.

8. Форми організації контролю знань та система оцінювання.

Поточний та підсумковий контроль здійснюється у вигляді комп'ютерних тестів на освітньому просторі університету. Для оцінювання використовується національна чотирибальна шкала: відмінно, добре, задовільно, незадовільно; європейська шкала: А, В, С, D, E, FX.

60% балів студенти накопичують на заняттях та під час поточного контролю, що регламентується робочою програмою викладача, 40% балів студенти набирають на іспиті.

9. Мова викладання: українська

8. ФІЗІОЛОГІЯ ЛЮДИНИ

1. Ідентифікація

<i>Шифр:</i> НД 1.2.3	Характеристика навчального курсу
<p><i>Кількість кредитів відповідних ЄКТС: 5</i> <i>Загальна кількість годин: 150 год.</i> <i>Тижневих годин: 2.</i></p>	<p>Нормативна Курс: II Семестр: 3 Лекції: 10 Практичні заняття: 20 Лабораторні заняття: 20 год. Самостійна робота: 100 год. Вид контролю: екзамен</p>

2. Мета курсу: «Фізіологія людини» - дати студентам, майбутнім тренерам, сучасні уявлення про функціонування організму людини, про механізми, якими керуються чи направляються ті чи інші процеси життєдіяльності, як вони змінюються залежно від віку людини, її функціонального стану та при взаємодії з навколишнім середовищем. «Фізіологія людини» є однією з базових дисциплін медико-біологічного профілю, яка лежить в основі сучасної природничо-наукової підготовки студентів університету. «Фізіологія людини» є науковим фундаментом для вивчення професійно-орієнтованих дисциплін: педагогіки, психології, теорії та методики фізичного виховання.

3. Опис курсу.

Тема 1. Предмет, задачі фізіології людини.

Тема 2. Організм та його основні фізіологічні функції.

- Тема 3. Основні закономірності росту і розвитку організму людини.
- Тема 4. Фізіологія системи крові.
- Тема 5. Групи крові, правила переливання крові, резус-фактор та його значення.
- Тема 6. Фізіологія системи кровообігу.
- Тема 7. Фізіологічні основи гемодинаміки.
- Тема 8. Зовнішнє дихання. Показники зовнішнього дихання (легенева вентиляція, дифузійна здатність легень, життєва ємкість легень).
- Тема 9. Регуляція дихання.
- Тема 10. Роль травлення в життєдіяльності організму.
- Тема 11. Особливості обміну речовин та енергії в живому організмі.
- Тема 12. Особливості обміну білків, жирів, вуглеводів, води та мінеральних солей
- Тема 13. Значення видільних процесів в життєдіяльності організму.
- Тема 14. Роль потовиділення в підтримці сталості внутрішнього середовища організму.
- Тема 15. Фізіологія м'язового апарату.
- Тема 16. Фізіологічні механізми м'язового скорочення.
- Тема 17. Фізіологічний зміст аналізаторної функції.
- Тема 18. Слуховий аналізатор.
- Тема 19. Аналізатори шкірної рецепції, нюху та смаку, їх рецепторний апарат та сучасні теорії сприйняття.
- Тема 20. Фізіологія ендокринної системи.
- Тема 21. Фізіологічна характеристика окремих залоз внутрішньої секреції та їх роль в діяльності організму.
- Тема 22. Поняття про подразливість та подразники, збудливість, збудження.
- Тема 23. Фізіологія нейрона.
- Тема 24. Фізіологія центральної нервової системи.
- Тема 25. Інтегративна функція мозочку
- Тема 26. Кора великих півкуль головного мозку.
- Тема 27. Фізіологічний зміст ВНД.
- Тема 28. Перша і друга сигнальні системи дійсності

4. Завдання курсу.

У результаті вивчення дисципліни студент повинен:

знати:

- особливості будови та функціонування різних систем органів організму людини;
- функціональні зміни в організмі при різних режимах життєдіяльності;
- вікові та статеві особливості функціонування різних систем життєдіяльності;
- зміни систем органів при систематичних заняттях фізичною культурою та спортом.
- фізіологію органів і систем органів організму людини;
- механізми процесів життєдіяльності клітини;
- взаємозв'язок будови органів з виконуваними функціями;
- механізми нейрогуморальної регуляції процесів життєдіяльності організму;
- фактори, які сприяють збереженню здоров'я та порушують його;
- саморегуляцію функцій організму.

вміти:

- аналізувати хронометраж уроку фізичної культури, визначати загальну та моторну щільність уроку;
- аналізувати фізіологічну криву уроку фізичної культури за даними пульсометрії, частоти дихання;
- визначати зміни артеріального тиску крові протягом навчального уроку. пояснювати зв'язок між будовою і функціями органів організму людини;
- досліджувати стан фізіологічних систем власного організму;
- опрацьовувати наукову літературу з фізіології людини;
- обґрунтовувати шкідливий вплив на організм алкоголю, наркотиків, куріння;

- застосовувати знання для ведення здорового способу життя, профілактики захворювань фізіологічних систем, дотримання режиму праці і відпочинку.

5. Статус у навчальному плані.

Нормативний курс із циклу професійної підготовки.

6. Лектор: кандидат біологічних наук, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури Гетманцев С. В

7. Форми і методи навчання: Лекційні, практичні та лабораторні заняття з використанням традиційних методів, інтерактивної методики та комп'ютерної техніки, індивідуальна робота, самостійна робота.

8. Форми організації контролю знань та система оцінювання.

Поточний та підсумковий контроль здійснюється у вигляді комп'ютерних тестів на освітньому просторі університету. Для оцінювання використовується національна чотирибальна шкала: відмінно, добре, задовільно, незадовільно; європейська шкала: А, В, С, D, E, FX.

60% балів студенти накопичують на заняттях та під час поточного контролю, що регламентується робочою програмою викладача, 40% балів студенти набирають на іспиті.

9. Мова викладання: українська

9. БІОМЕХАНІКА

1. Ідентифікація

<i>Шифр:</i> НД 1.2.4.	Характеристика навчального курсу
<i>Кількість кредитів відповідних ЄКТС: 4</i> <i>Загальна кількість годин: 120 год.</i> <i>Тижневих годин: 2.</i>	Нормативна Курс: III Семестр: 5 Лекції: 10 Практичні заняття: 10 Лабораторні заняття: 20 год. Самостійна робота: 80 год. Вид контролю: екзамен

2. Мета курсу: . Метою викладання навчальної дисципліни «Біомеханіка» є найбільш ефективно забезпечення спеціальної професійно-педагогічної підготовки студентів, формування теоретичних знань, практичних навичок і вмінь самостійного вивчення фізичних вправ та удосконалення рухових дій, а також обґрунтування індивідуальних раціональних моделей рухових дій та педагогічних засобів і програм навчання руховим діям та їх корекції.

3. Опис курсу.

Кредит 1.

Тема 1. Предмет зміст та розвиток біомеханіки як науки? Методи і засоби наукових досліджень в біомеханіці. Фонограма, киноциклограма, відео циклограма

Тема 2. Методи і засоби аналізу техніки КЦГ.

Тема 3. Тіло людини як біомеханічна система, вектора швидкостей та прискорень.

Тема 4. Динаміка рухів. Людина, яка біомеханічна система. Енергія при рухах, методика проведення відео зйомки стрибка в довжину.

Кредит 2.

Тема 1, Особливості біомеханіки та кінематичні характеристики рухів людини. Ланки, ланцюги, їх з'єднання, важелі.

Тема 2. Рухи навколо осі, динамічні характеристики рухів. Сила. Момент сили. Момент інерції тіла. Дія сил. Зовнішні сили.

Тема 3. Біодинаміка локомоцій переміщень у воді, на воді, повітрі. Види переміщень.

Тема 4. Аналіз техніки веслування.

Кредит 3.

Тема 1. Проведення відео зйомки стрибка в довжину.

Аналіз загального центра ваги.

Тема 2. Аналіз і методики відео зйомки на прикладі стрибка у довжину з місця.

Тема 3. Особливості біомеханіки та кінематичні характеристики рухів людини.

Кутові швидкості і прискорення при обертанні на перекладені

Тема 4. Методика відео зйомки. Методи та засоби контролю техніки фізичних вправ засобами відео зйомки. Маркіровка тіла спортсмена, вимоги до відео зйомки.

Кредит 4.

Тема 1. Рухи навколо осі, динамічні характеристики рухів. Сила. Момент сили. Момент інерції тіла. Дія сил. Зовнішні сили. Побудувати графік обертання на перекладені.

Тема 2. Моторика та переміщення тіла, аналіз акробатичної вправи

Тема 3. Відео аналіз техніки бігу. техніки стрибків.

Тема 4. Побудова і аналіз траєкторії зчв у стрибку з місця в довжину

Тема 5. Аналіз техніки фізичних вправ засобами комп'ютерного контролю

4. Завдання курсу.

У результаті вивчення дисципліни студент повинен:

знати:

- теоретичних основ і місця біомеханіки у системі фізичного виховання України;
- історії розвитку та зародження біомеханіки;
- основ методики проведення біомеханічного контролю;
- організації контролю і аналізу техніки фізичних вправ;

вміти:

- проведення біомеханічних досліджень техніки фізичних вправ;
- використання вмінь і навичок біомеханічного аналізу на практиці.

5. Статус у навчальному плані.

Нормативний курс із циклу професійної підготовки.

6. Лектор: - кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри спорту, Заслужений тренер України, Майстер спорту СРСР Тупеев Ю.В.

7. Форми і методи навчання: Лекційні, практичні та лабораторні заняття з використанням традиційних методів, інтерактивної методики та комп'ютерної техніки, індивідуальна робота, самостійна робота.

8. Форми організації контролю знань та система оцінювання.

Поточний та підсумковий контроль здійснюється у вигляді комп'ютерних тестів на освітньому просторі університету. Для оцінювання використовується національна чотирибальна шкала: відмінно, добре, задовільно, незадовільно; європейська шкала: А, В, С, D, E, FХ.

60% балів студенти накопичують на заняттях та під час поточного контролю, що регламентується робочою програмою викладача, 40% балів студенти набирають на іспиті.

9. Мова викладання: українська

10. ХОРТИНГ ТА МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ

1. Ідентифікація

<i>Шифр:</i> НД 1.2.5.	Характеристика навчального курсу
<i>Кількість кредитів відповідних ЄКТС:</i> 4 <i>Загальна кількість годин:</i> 120 год. <i>Тижневих годин:</i> 2.	Нормативна Курс: III Семестр: 6

	Лекції: 6 Практичні заняття: 24 Самостійна робота: 60 год. Вид контролю: екзамен
--	---

2. Мета курсу: Метою навчальної дисципліни є здобуття студентами теоретичних знань і практичних вмінь та навичок з теорії і методики викладання хортингу, необхідних для роботи в середніх загальноосвітніх навчальних закладах.

3. Опис курсу.

Кредит 1.

Тема 1: Хортинг в системі фізичного виховання України.

Історичні витоки виникнення хортингу. Історична ретроспектива. Філософія хортингу. Хортинг як різновид національного бойового мистецтва. Сучасний стан розвитку хортингу в Україні. Національна федерація хортингу. Хортинг в системі національного фізичного виховання. Хортинг в програмі з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів.

Тема 2: Техніка прийомів та рухових дій в хортингу. Методика навчання техніко-тактичним руховим діям хортингіста.

Біомеханічні та фізіологічні основи техніки рухових дій в хортингу. Процес формування рухових навичок. Особливості використання дидактичних принципів навчання в побудові навчального процесу.

Мета і завдання навчання. Засоби і методи навчання в хортингу. Принципи добору засобів та методів навчання техніці прийомів хортингіста. Чинники, що впливають на добір методів та засобів. Відповідність засобів та методів технічної підготовки задачам заняття та специфіці контингенту учнів.

Тема 3: Техніка нападаючих та захисних дій у хортингу.

Базові стійки. Переміщення у бойовій стійці. Навчання техніки нанесення прямих ударів руками у повітря та на снарядах. Навчання техніки захисту від прямих ударів руками блоком/підставкою передпліччям та плечем.

Кредит 2.

Тема 1: Техніка нападаючих та захисних дій руками у хортингу.

Навчання техніки захисту від ударів руками з-під низу вгору підставкою передпліччям, плечем та ліктем. Навчання техніки поєднання прямих, бокових та ударів руками з-під низу вгору короткими серіями по 2-3 удари у кожній в повітрі та на снарядах. Навчання техніки захисту від прямих ударів руками ухилом в сторону-вперед із зустрічною контратакою прямим ударом рукою.

Навчання техніки поєднання прямих, бокових та ударів руками з-під низу вгору короткими серіями по 2-3-4 удари у кожній в повітрі та на снарядах. Навчання техніки захисту від бокових ударів руками проходом з присідом під атакуючу руку суперника. Захист відходом з лінії атаки суперника зі зміщенням вправо вперед/назад та вліво вперед/назад. Скорочення та розрив дистанції.

Тема 2: Базові техніко-тактичні дії у двобої.

Навчальний поєдинок із застосуванням вивченої техніки.

Кредит 3.

Тема 1: Техніка нападаючих та захисних ногами руками у хортингу.

Ознайомлення з технікою ударів ногами. Навчання техніки прямого удару коліном у повітря та на снарядах. Навчання техніки прямого удару ногою (носком, п'ятою) у повітря та на снарядах. Ознайомлення з технікою захисту від прямого удару ногою/коліном з відходом з лінії атаки та блоком рукою.

Ознайомлення з технікою захисту від прямого удару рукою зустрічним прямим ударом ногою.

Навчання техніки кругового удару коліном у повітря та на снарядах. Навчання техніки кругового удару ногою (підйомом ступні, гомілкою) у повітря, на снарядах та у парах. Навчання техніки захисту від кругового удару ногою блоком передпліччями та відкритими долонями (верхній, середній рівні) та блоком-підставкою гомілкою (нижній рівень).

Навчання техніки захисту від кругового удару ногою відходом з лінії атаки вперед-вправо/вліво та назад-вправо/вліво. Навчальний поєдинок із застосуванням вивченої техніки.

Тема 2: Базові техніко-тактичні дії у двобої.

Навчальний поєдинок із застосуванням вивченої техніки.

Кредит 4.

Тема 1: Техніко-тактичні дії хортингіста у партері.

Базові положення партеру. Утримання та задушливі прийоми. Больові прийоми на верхні та нижні кінцівки. Навчання ударів руками у партері.

Базові виведення з рівноваги на ближній дистанції. Базові кидки проходом в ноги та задньою підніжкою, протидія кидкам. Падіння зі страховкою.

Тема 2: Ударно-кидкові комбінації та зв'язки в хортингу.

Навчання ударно-кидковим комбінаціям: захист та контратака проти ударів руками ухилом вперед-вправо/вліво з проходом в ноги та кидком. Захист від прямого удару ногою блоком рук з захопленням за ногу та подальшим кидком з підсіканням.

Вивчення серійної зв'язки: прямий удар передньою ногою – прямий удар передньою рукою – прямий удар задньою рукою - круговий удар задньою ногою – прямий удар задньою рукою - круговий удар передньою рукою при відході назад у повітрі, на снарядах та в парах. Вивчення серійної зв'язки: прямий удар передньою рукою – прямий удар передньою ногою - прямий удар передньою рукою – прямий удар задньою рукою - круговий удар задньою ногою – прямий удар задньою рукою - круговий удар передньою рукою при відході назад у повітрі, на снарядах та в парах.

Навчання задньому удару ногою у повітрі, на снарядах та в парах. Техніка захисту від заднього удару ногою відходом з лінії атаки вправо-вперед від удару лівою ногою, вліво-вперед від удару правою ногою. Тактичні завдання: вибір позиції для атаки, підрізання кутів по-діагоналі під час переміщення під час атаки та захисту.

Тема 3: Урок хортингу.

Аналіз змісту варіативного модулю «Хортинг» в Програмі з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів. Організація та зміст уроку хортингу. Засоби та методи навчання руховим діям на уроці хортингу. Дозування навантаження. Форми контролю успішності учнів. Правила техніки безпеки на уроках хортингу.

Тема 4: Базові техніко-тактичні дії у двобої.

Навчальний поєдинок із застосуванням вивченої техніки.

4. Завдання курсу.

У результаті вивчення курсу студенти повинні:

- знань:

- мети, завдань та принципів навчання техніці прийомів хортингу;
- особливостей формування рухових навичок у хортингу;
- методики навчання техніко-тактичним діям у хортингу;
- правил техніки безпеки та профілактики травматизму під час навчальних та тренувальних занять з хортингу;
- методики фізичної підготовки в хортингу: добору засобів та методів розвитку фізичних якостей хортингіста відповідно до правил та принципів побудови навчальних та навчально-тренувальних занять в хортингу;

- уміти:

- виконати технічно вірно основні техніко-тактичні прийоми хортингу;

- навчити техніці рухових дій хортингіста; добрати раціональні засоби та методи навчання техніці, відповідно до контингенту учнів;
- здійснювати страховку та само страховку під час навчальних та навчально-тренувальних занять;
- раціонально добирати методи та засоби розвитку фізичних якостей хортингіста, відповідно до контингенту учнів;

5. Статус у навчальному плані.

Нормативна навчальна дисципліна із циклу загальних компетентностей.

6. Лектор: - кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри спорту, Заслужений тренер України, Майстер спорту СРСР Тупеев Ю.В.

7. Форми і методи навчання:

Практичні заняття з використанням традиційних методів; індивідуальна робота, самостійна робота.

8. Форми організації контролю знань та система оцінювання. Поточний та підсумковий контроль здійснюється у вигляді опитувань, контрольних робіт, контрольних нормативів техніко-фізичної підготовленості, оцінювання навчальної практики.

Для оцінювання використовується національна чотирибальна шкала: відмінно, добре, задовільно, незадовільно; європейська шкала: А, В, С, D, E, FХ.

9. Мова викладання: українська

11. ПЕДАГОГІКА

1. Ідентифікація

<i>Шифр:</i> НД 1.2.6.	Характеристика навчального курсу
<i>Кількість кредитів відповідних ЄКТС:</i> 5 <i>Загальна кількість годин:</i> 150 год. <i>Тижневих годин:</i> 2.	Нормативна Курс: II Семестр: 4 Лекції: 16 Практичні заняття: 34 Самостійна робота: 100 год. Вид контролю: екзамен

2. Мета курсу: ознайомлення студентів з системою педагогічних знань, підготовка майбутніх вчителів фізичної культури та спортивних педагогів до роботи у освітніх закладах.

3. Опис курсу.

Тема 1. Предмет педагогіки, завдання навчального курсу

Предмет і завдання педагогіки. Педагогіка як наука і мистецтво. Основні категорії педагогіки: навчання, виховання, освіта, розвиток, педагогічний процес. Джерела педагогіки.

Система педагогічних наук. Зв'язок педагогіки з іншими науками. Напрями розвитку сучасної педагогіки: педагогіка співробітництва, педагогіка життєтворчості, педагогіка толерантності, особистісно-орієнтована педагогіка, педагогіка рефлексії, психопедагогіка особистості та ін. Завдання педагогіки на сучасному етапі.

Тема 2. Методи науково-педагогічних дослідження

Основні методи педагогічного дослідження: спостереження, експеримент, бесіда, інтерв'ювання, анкетування, вивчення продуктів діяльності та педагогічної документації, метод узагальнених незалежних характеристик, психолого-педагогічне тестування. Характеристика окремих методів педагогічного дослідження. Вимоги до їх організації та проведення.

Тема 3. Розвиток, формування та виховання особистості.

Процес розвитку і формування особистості. Спадковість і розвиток. Вплив середовища на розвиток і формування особистості. Розвиток і виховання. Людина, особа, персону, індивід, особистість, індивідуальність. Технократична і натуралістична парадигми виховання. Діяльність як чинник розвитку особистості. Провідні види діяльності школярів. Роль активності у розвитку особистості. Основні теорії розвитку особистості: біогенетичні, соціогенетичні, взаємодії факторів, персоналістичні. Вікові періоди розвитку особистості та індивідуальні особливості учнів, їх врахування у навчально-виховному процесі.

Тема 4. Поняття про дидактику, основні її категорії, проблеми.

Дидактика – теорія освіти і навчання. Предмет дидактики. Виникнення і розвиток дидактики. Основні функції процесу навчання: освітня, виховна і розвивальна, їх єдність та шляхи реалізації. Цілі навчання.

Сутність, етапи, структура і функції навчання. Рушійна сила навчального процесу. Психологічні основи процесу навчання: структура діяльності вчителя і діяльності учнів. Навчання і пізнавальний розвиток особистості. Мотивація навчання. Пізнавальний інтерес, умови його розвитку в навчанні. Етапи та рівні засвоєння знань. Типологія навчання: догматичний, пояснювально-ілюстративний тип навчання, програмоване навчання, проблемне навчання, модульне навчання, Формування понять. Формування вмінь і навичок.

Тема 5. Зміст освіти в сучасній школі, тенденції його вдосконалення

Загальна характеристика змісту освіти. Об'єктивні та суб'єктивні фактори визначення змісту освіти. Теорії змісту освіти: формальної освіти, матеріальної освіти, дидактичний утилітаризм, дидактичний екземпляризм. Педагогічні вимоги до змісту освіти в сучасній школі. Освітня система в Україні. Характеристика її складових ланок. Основні джерела змісту освіти: навчальний план, навчальна програма, підручники.

Закон України “Про освіту”, Національна доктрина розвитку освіти України у XXI столітті, цільова комплексна програма “Вчитель” про основні напрями розвитку вітчизняної освіти.

Тема 6. Процес навчання. Співвідношення закономірностей, принципів і правил дидактики.

Поняття про закономірності навчання. Зовнішні і внутрішні закономірності навчання. Принципи навчання як категорія дидактики. Сутність понять “закон”, “закономірність”, “принципи”.

Закон - необхідне, суттєве, стійке, повторюване відношення між явищами; внутрішній і необхідний, всезагальний і суттєвий зв'язок предметів і явищ об'єктивної дійсності; загальні, необхідні й суттєві зв'язки між предметами й процесами.

Загальні закони навчання: закон соціальної обумовленості цілей, змісту, форм і методів навчання; закон взаємозв'язку самореалізації й освітнього середовища; закон взаємозв'язку навчання, виховання й розвитку; закон обумовленості результатів навчання характером освітньої діяльності учнів; закон цілісності і єдності освітнього процесу..

Закономірності навчання – об'єктивні, суттєві, стійкі, повторювані зв'язки між складовими частинами, компонентами процесу навчання.

Принципи навчання – основні положення, що визначають зміст, організаційні форми та методи навчання відповідно до його цілей і закономірностей: науковості, систематичності й послідовності, свідомості, активності та самостійності у навчанні, наочності, ґрунтовності, зв'язку навчання з практичною діяльністю, доступності навчання та врахування індивідуальних особливостей учнів, емоційності навчання.

Тема 7. Методи навчання, їх характеристика

Поняття про метод навчання. Прийом навчання як елемент методу. Метод як багатофакторне явище. Різні підходи до характеристики методів навчання: методи навчання як способи залучення до безпосередньої практичної діяльності; як способи передачі навчальної інформації; як способи спільної діяльності вчителя і учнів із

досягнення поставлених дидактичних завдань; як способи організації пізнавальної діяльності учнів; як способи стимулювання пізнавальної діяльності.

Класифікація методів навчання. Різні підходи до класифікації: за джерелами передачі й сприйняття навчального матеріалу; за основними дидактичними завданнями; за характером пізнавальної діяльності учнів; за логікою передачі й сприймання навчальної інформації; за ступенем керівництва навчальною роботою учнів.

Методи організації і здійснення навчально-пізнавальної діяльності учнів: словесні, наочні і практичні; індуктивні, дедуктивні; пояснювально-ілюстративні, репродуктивні, частково-пошукові, дослідницькі, методи самостійної роботи і роботи під керівництвом учителя.

Методи стимулювання і мотивації навчально-пізнавальної діяльності учнів: методи стимулювання інтересу до навчання (пізнавальні та дидактичні ігри, навчальні дискусії тощо), методи стимулювання обов'язку і відповідальності (роз'яснення мети навчання, заохочення і покарання тощо).

Контроль, його функції і види. Методи контролю: усний, письмовий, графічний, лабораторний, практичний, програмований. Методи самоконтролю. Тестування успішності. Види тестів. Вимоги до тестових завдань. Нетрадиційні методи контролю знань, умінь і навичок учнів.

Бінарні методи навчання.

Поняття про засоби навчання. Класифікація засобів навчання. Моделі і моделювання, наочні посібники. Візуальні, аудіальні, аудіовізуальні засоби навчання, організаційно-педагогічні умови їх застосування. Засоби масової інформації та їх використання у навчальному процесі. Комп'ютер як засіб навчання.

Проблема вибору методів і засобів навчання та їх комплексного застосування. Технології навчання. Вибір методу і технології навчання залежно від дидактичних цілей, змісту навчального матеріалу, навчальних можливостей учнів, умов навчання і можливостей самого вчителя.

Тема 8. Організаційні форми навчання. Урок як основна форма навчання. Нетрадиційні форми організації навчання.

Поняття форми організації навчання. Генезис організаційних форм навчання: індивідуальна та індивідуально-групова форма навчання, групова форма навчання, класно-урочна система, белл-ланкастерська система, мангеймська система, план Трампа, дальтон-план, бригадно-лабораторна форма навчання. Становлення та розвиток класно-урочної системи. Форми навчання, їх розвиток в історії дидактики. Позаурочні форми навчання та їх характеристика. Семінари, їх функції, особливості підготовки і проведення. Практикуми, їх місце у загальній системі навчальних занять. Факультативні заняття, їх види та специфіка проведення. Навчальні екскурсії, їх організація і проведення. Додаткові групові та індивідуальні консультації. Предметні гуртки. Домашня навчальна діяльність учня. Види домашніх завдань. Вимоги до домашніх завдань.

Урок як основна форма організації навчання. Переваги та недоліки уроку. Основні вимоги до сучасного уроку: організаційні, дидактичні, психологічні, етичні, санітарно-гігієнічні. Рациональна організація навчальної праці і формування навичок інтелектуальної діяльності учнів.

Класифікація уроків. Типологія і структура уроку. Система уроків за дидактичними цілями: урок засвоєння нових знань; урок формування умінь і навичок; урок застосування умінь і навичок; урок узагальнення і систематизації знань; урок перевірки, оцінювання і корекції знань; комбінований урок.

Організація навчальної діяльності учнів на уроці. Фронтальні, групові, колективні та індивідуальні форми організації навчальної діяльності учнів.

Підготовка вчителя до уроку. Стадії (етапи) підготовки вчителя до навчального заняття. Тематичне і поурочне планування. Шляхи вдосконалення класно-урочної системи навчання.

Нетрадиційні уроки, їх особливості. Характеристика різних типів нетрадиційних уроків (уроки-консиліуми, уроки-винаходи, уроки-заліки, уроки-змагання, театралізовані уроки, уроки-ділові ігри та ін.). Шляхи підвищення ефективності уроку.

Нестандартні уроки: уроки «занурення»; урок-ділова гра; уроки - прес-конференції; уроки типу КВК; театралізовані уроки; урок-консультація; комп'ютерні уроки; уроки з груповими формами роботи; уроки взаємо навчання учнів; уроки творчості; уроки-аукціони; уроки, що ведуть учні; уроки-заліки; уроки сумніву; уроки-творчі звіти; уроки-формули; уроки-конкурси; бінарні уроки; уроки-узагальнення; уроки-фантазії; уроки-суди; уроки пошуку істини; уроки-лекції «Парадокси»; уроки-концерти; уроки-діалоги; уроки «Слідство ведуть знавці»; уроки - рольові ігри; уроки-конференції; уроки-семінари; інтегральні уроки; уроки «кругове тренування»; міжпредметні уроки; уроки-екскурсії; урок-гра «Поле чудес»;

Нестандартні уроки: уроки змістовної спрямованості; уроки на інтегративній основі; уроки міжпредметні; уроки-змагання; уроки суспільного огляду знань; уроки комунікативної спрямованості; уроки театралізовані; уроки-подорожування, уроки-дослідження; уроки з різновіковим складом учнів; уроки-ділові, рольові ігри; уроки драматизації; уроки-психотренінги.

Поняття «контроль» у дидактиці - нагляд, спостереження і перевірка успішності учнів. Завдання, функції і види педагогічного контролю. Завдання контролю: виявлення якості засвоєння навчального матеріалу, ступеня відповідності отриманих умінь і навичок цілям і завданням навчального предмету; виявлення труднощів у засвоєнні учнями навчальної інформації та типових помилок з метою їх корекції та усунення; визначення ефективності організаційних форм, методів і засобів навчання; діагностування рівня готовності учнів до сприйняття нового матеріалу. Основні функції контролю за успішністю є: освітня; діагностична; виховна; розвиваюча; стимулююча; управлінська. Види контролю: попередній, поточний, періодичний (тематичний); підсумковий; заключний. Екзамени (перевідні та випускні).

Основні вимоги до перевірки і оцінки успішності: а) індивідуальний характер; б) систематичність; в) достатня кількість даних для оцінки; г) тематична спрямованість; д) об'єктивність, умотивованість оцінок; е) єдність вимог учителів; є) оптимальність; ж) всебічність.

Тема 9. Сутність виховання як педагогічного процесу

Теорія виховання як розділ педагогіки. Завдання та функції теорії виховання. Окремі теорії виховання: теорія національного виховання, теорія професійного виховання, теорія морального виховання. Поняття змісту виховання. Проблема змісту виховного процесу у сучасній школі. Сутність та особливості національної системи виховання. Мета національного виховання.

Виховання як педагогічне явище, його місце у цілісному педагогічному процесі. Поняття виховання, його специфіка, рушійні сили. Гуманний характер системи виховання в українській народній педагогіці. Сфери виховного впливу: свідомість, емоційно-почуттєва сфера, навички і звички поведінки, переконання, потреби, здібності, характер. Етапи процесу виховання. Види впливів у вихованні: цілеспрямований і стихійний; функціонально-рольовий та особистісно-орієнтований. Критерії вихованості дитини. Результати процесу виховання та методика їх виявлення. Шляхи підвищення ефективності процесу виховання.

Самовиховання і перевиховання як складові процесу виховання. Самовиховання - вищий етап процесу виховання. Умови і фактори, що детермінують самовиховання учнів. Рушійні сили самовиховання. Організація самовиховання учнів. Педагогічне керівництво самовихованням учнів.

Перевиховання, його функції, етапи, принципи. Категорії дітей і підлітків, які підлягають перевихованню. Педагогічно занедбані та важковиховувані діти. Причини педагогічної занедбаності і важко вихованості учнів, шляхи їх попередження і подолання.

Тема 10 . Закономірності та принципи виховання

Процес виховання як система взаємодії педагога й учня, що забезпечує розвиток особистості. Закономірності процесу виховання. Діяльність і спілкування як основа виховного процесу. Трансформація зовнішніх впливів у внутрішні процеси особистості.

Основні компоненти виховного процесу: цільовий, змістовний, операційно-діяльнісний, аналітико-результативний. Взаємозв'язок і взаємовплив компонентів виховного процесу. Особливості процесу виховання.

Поняття про принципи виховання. Різні підходи до класифікації принципів виховання.

Характеристика основних принципів виховання: цілеспрямованість, зв'язок з життям, єдність свідомості і поведінки, виховання у праці, виховання особистості у колективі, поєднання педагогічного керівництва з ініціативою і самодіяльністю учнів, повага до особистості вихованця у поєднанні з розумною вимогливістю до нього, індивідуально-особистий підхід у вихованні, наступність, єдність педагогічних вимог школи, сім'ї та громадськості, комплексний підхід у вихованні. Взаємозв'язок принципів виховного процесу.

Відображення принципів національної спрямованості, культуровідповідності, гуманізації виховного процесу, цілісності, превентивності, акмеологічного принципу, принципів суб'єкт-суб'єктної взаємодії, особистісної орієнтації і технологізації виховного процесу у „Програмі виховання дітей та учнівської молоді в Україні”.

Результати процесу виховання. Їх контроль та можливості виміру. Критерії ефективності виховного процесу. Педагогічна діагностика вихованості. Методи діагностики вихованості.

Тема 11. Загальні методи виховання

Поняття про методи, прийоми і засоби виховання. Різні підходи до класифікації методів виховання (класифікації Г.Щукіної, В.Сластьоніна, М.Ярмаченка та ін.). Система методів виховання.

Методи формування суспільної свідомості. Розповідь, бесіда (групова та індивідуальна), диспут, лекція, їх характеристика, вимоги до їх використання. Приклад у вихованні, його різновидності, функції. Переконавання і навіювання у виховному процесі.

Методи організації діяльності і формування досвіду суспільної поведінки. Формування громадської думки. Привчання і вправи у виробленні способів поведінки. Постановка педагогічних вимог до учнів. Доручення. Створення виховних ситуацій, використання спонтанних виховних ситуацій.

Методи стимулювання позитивної поведінки і діяльності учнів. Змагання, заохочення і покарання, їх характеристика. Вимоги до їх застосування.

Методи контролю й аналізу ефективності виховного процесу: педагогічне спостереження, анкетування, бесіда, аналіз результатів суспільно-корисної роботи, виконання доручень, створення ситуацій для вивчення поведінки учнів. Орієнтовні програми вивчення особистості учня та учнівського колективу.

Взаємозв'язок методів виховання, умови їх оптимального вибору та застосування. Сучасні технології виховання.

Виховання учнів у процесі навчальних занять. Виховний потенціал уроку: його організація, особливості взаємодії між його учасниками, зміст навчальної праці учнів, психологічна атмосфера на уроці.

Поняття позакласної і позашкільної роботи, їх завдання. Принципи організації позакласної і позашкільної роботи. Зміст позакласної та позашкільної роботи. Гурткова робота у школі. Основні позашкільні установи, завдання та зміст їх роботи. Спільна робота школи з позашкільними навчально-виховними закладами. Роль класного керівника в організації позакласної та позашкільної роботи з учнями.

Масові, групові та індивідуальні форми виховної роботи, їх характеристика. Комплексні форми виховання. Взаємозв'язок різних форм позакласної і позашкільної роботи.

Характеристика окремих форм виховної роботи: година класного керівника, тематичні вечори, вікторини, вечори запитань і відповідей, політичні інформації, фестивалі, конкурси, огляди, конференції, тижні з різних предметів, зустрічі з видатними людьми тощо. Традиції народної педагогіки у позакласній і позашкільній роботі з учнями. Пошуки нових форм позакласної виховної роботи у сучасній школі.

Тема 12. Особистість і колектив. Виховання особистості в системі учнівського самоврядування.

Загальне поняття про дитячий колектив, його ознаки, функції. Основні типи дитячих колективів. Структура колективу. Загальношкільний і первинний колектив, їх структура. Офіційна і неофіційна структура колективу.

Гармонійне поєднання індивідуальних, колективних і масових форм роботи в процесі виховання особистості. А.С.Макаренко та В.О.Сухомлинський про виховання особистості в колективі. Структура, типи, динаміка розвитку колективу. Динаміка розвитку колективу. Стадії та механізми становлення виховного колективу. Закони життя колективу. Стиль і тон колективу. Закон паралельної педагогічної дії. А.Макаренко про етапи розвитку колективу. Роль традицій, звичаїв у згуртуванні колективу. Міжособистісні стосунки у колективі. Умови успішного виховання колективних взаємин. Роль учителя у формуванні здорового психологічного клімату в учнівському колективі. Методика колективних творчих справ. Педагогіка співробітництва про створення класного колективу.

Тема 13. Основи сімейного виховання. Взаємодія школи і сім'ї.

Характеристика типів сучасної сім'ї: повна сім'я, окрема сім'я, проста сім'я, нуклеарна сім'я, складна сім'я, велика сім'я, егалітарна сім'я, авторитарна сім'я, дітоцентрична сім'я, благополучна сім'я, стабільна сім'я, дезорганізована сім'я, нестабільна сім'я, студентська сім'я, дискантна сім'я. Сім'я та її соціальні функції: репродуктивна функція, матеріальна функція, культурологічна функція, виховна функція. Вимоги до батьків як вихователів. Умови успішного виховання дітей у сім'ї. А.Макаренко про умови сімейного виховання. Типові помилки сімейного виховання. Труднощі й суперечності у сімейному вихованні дітей.

Поняття про зміст і напрями виховання у сім'ї. Розширення пізнавальних інтересів, формування духовної культури дітей. Виховання соціальної зрілості і сумлінного ставлення до праці. Формування здорового способу життя.

Засоби і методи сімейного виховання. Організація життя дитини у сім'ї. Стосунки батьків і дітей як психолого-педагогічна проблема, її типові варіанти. Причини конфліктів між батьками і дітьми. Попередження конфліктів. Умови оптимізації стосунків батьків і дітей.

Законодавство України про шлюб і сім'ю, права та обов'язки батьків щодо виховання дітей.

Тема 14. Виникнення виховання. Виховання в первісному суспільстві.

Зародження виховання. Виділення виховання як виду соціальної діяльності, причини цього явища. Особливості виховання за часів матріархату та патріархату. Зміни у вихованні за часів розмежування. Сімейне виховання.

Тема 15. Виховання і школа в Давній Греції та Давньому Римі.

Причини виникнення відмінностей у виховних системах Спарти та Афін.

Система виховання в Спарті. Зміст та методи військово-фізичного, морального, естетичного та розумового виховання у Спарті.

Система виховання в Афінах. Етапи шкільного навчання. Методи морального виховання.

Педагогічні ідеї давньогрецьких філософів Сократа, Платона, Аристотеля педагогічні погляди Квінтіліана.

Тема 16. Педагогічна система Я. А. Коменського - засновника педагогічної науки та реформатора школи.

Основні етапи педагогічної діяльності Я.А.Коменського. Загальнопедагогічні ідеї Я.А.Коменського. Ідея природовідповідності виховання. Принципи побудови школи. Типи шкіл відповідно до вікової періодизації. "Велика дидактика", „Закони добре організованої школи”. Дидактичні принципи: свідомість і активність; наочність; послідовність і систематичність.

Розробка теоретичних основ класно-урочної системи. Роль учителя. Кардинальні моральні чесноти та правила їх виховання. Шкільна дисципліна.

Тема 17. Розвиток педагогічної думки у Західній Європі у XVII-XVIII ст.

Джон Локк як класичний представник англійського просвітництва. Еміріко-сенсуалістичний характер його теорії. Теорія „чистої дошки”.

Мета виховання - виховання джентльмена. „Думки про виховання”. Засоби фізичного виховання. Дидактичні погляди Джона Локка.

Педагогічні ідеї Джона Беллєрса. Поєднання навчання з промисловою та сільськогосподарською працею.

Педагогічна творчість Ж-Ж.Руссо. Вікова періодизація Руссо. Шляхи здійснення фізичного виховання відповідно до принципів природності та свободи. Сутність методу природних наслідків. Зміст та методи морального виховання. Виховання жінки.

Тема 18. Виховання, освіта та педагогічна думка у Західній Європі у XIX ст. (Й. Г. Песталоцці, Ф.-А. В. Дістервег, Й. Ф. Гербарт).

Основні етапи життєвого шляху та педагогічної діяльності. Ідеї розвиваючого навчання в педагогічній концепції Й.Г.Песталоцці. Природовідповідний, гармонійний розвиток троякого роду сил людської природи як мета виховання.

Теорія елементарної освіти, розроблена Й.Г.Песталоцці. Розвиток природної любові до матері як першоелемент морального виховання. Володіння словом, числом і формою, як першоелементи розумового виховання. Розвиток рухів у суглобах як першоелемент фізичного виховання.

Роман-трактат „Лінгард і Гертруда”, педагогічні статті Й.Г.Песталоцці про сутність його Методу.

Педагогічна творчість А.Дістервега. Провідні загальнопедагогічні принципи його концепції: природовідповідність, культуровідповідність, самодіяльність.

Мета виховання за Дістервегом: розвиток самодіяльності та служіння істині, добру, красі. Моральне виховання як мета діяльності школи.

Провідні дидактичні принципи: посильності, активності і самостійності, наочності, послідовності. Виховуюче навчання. Ідеї формальної та матеріальної освіти. Методи розвиваючого навчання. Вимоги до вчителя.

Педагогічна теорія Й.Ф.Гербарта як наукова система знань про виховання та освіту. Шляхи реалізації виховуючого навчання.

Ідея багатостороннього інтересу. Структура процесу навчання. Зміст та засоби морального виховання та керування дітьми.

Тема 19. Становлення виховання та освіти в Україні з найдавніших часів до XV ст.

Освіта, писемність у слов'ян у дохристиянські часи. Хрещення Русі та його вплив на зміни у вихованні та навчанні. Типи шкіл у Київській Русі. Зміст освіти, навчальні книги.

Розвиток церковних шкіл. Форми та методи навчання у монастирських школах. Майстри грамоти. Зміст та методи навчання у школах грамоти. Педагогічні пам'ятки давньоруської літератури.

Соціально-політичні та економічні умови в Україні у XIII ст. Роль церкви та школи у визвольному русі української людності. Основні напрямки відродження українського шкільництва. Нові типи шкіл.

Період військових завоювань українських територій польськими та литовськими феодалами. Діяльність елементарних церковних шкіл, книжної справи, військової підготовки юнаків та ін.

Меценатство та книго писання як фактори розвитку освіти в поневоленій Україні

Тема 20. Розвиток освіти і педагогічної думки в епоху українського Відродження (XVI - XVIII ст.)

Утворення Речі Посполитої та уніатської церкви, зростання агресивності в освітній політиці польської держави.

Типи освітніх закладів: католицькі, протестантські парафіяльні, мандрівних дяків, січові, полкові. Виникнення слов'яно-греко-латинської школи. Острозький триязычний лицей-академія. Виникнення братських шкіл. Започаткування у їх діяльності основ класно-урочної системи.

Педагогічні погляди учителів братських шкіл І.Борецького, Л.Зизанія, П.Беренди, М.Смотрицького, Є.Славинецького.

Особливості утворення Київської братської школи. Об'єднання братської та лаврської шкіл. Просвітня діяльність П.Могили. Києво-Могилянська колегія та її вплив на розвиток науки і освіти на Україні.

Тема 21. Розвиток педагогічної думки в Україні у другій половині XIX на початку XX ст. Видатний вітчизняний педагог К. Д. Ушинський

Громадсько-педагогічний рух в Україні 60-х років XIX ст. Політика царського уряду щодо освіти українців. Школа кінця XIX – початку XX ст.

Освітньо-педагогічна діяльність М.Пирогова. Організаційна педагогічна діяльність М.Корфа. Просвітницько-педагогічна діяльність Х.Алчевської. Теорія фізичного виховання особистості П.Лесгафта. Педагогічні ідеї у творчості українських просвітителів кінця XIX – початку XX століття (Б.Грінченко, М.Грушевський, М.Драгоманов, І.Франко, М.Коцюбинський, Леся Українка, Т.Лубенець). Особливості розвитку народної освіти в другій половині XIX – на початку XX ст. на землях Західної України.

Життєвий шлях та творча спадщина К.Д.Ушинського. Принцип народності як методологічна основа педагогічної концепції Ушинського. Ушинський про шляхи побудови народної школи та зміст її діяльності. „Про народність у громадському вихованні”, „Рідне слово”, „Три елементи школи”. Антропологічні основи побудови педагогічної системи Ушинського.

Людина – як предмет виховання. Досвід педагогічної антропології. Обґрунтування Ушинським необхідності праці в житті людини і суспільства. „Праця в її психічному та виховному значенні”.

Дидактичні погляди К.Д.Ушинського. Формальна та матеріальна освіта. Визначення мети освіти. Дидактичні принципи та методи навчання. Удосконалення теоретичних основ класно-урочної системи. Вимоги до вчителя та його підготовки.

Тема 22. Школа і педагогічна думка в 20-30-х роках XX-го ст. Педагогічна теорія та практика А. С. Макаренка.

Ліквідація неписьменності, запровадження обов'язкової початкової освіти. Становлення системи радянської освіти. Основні принципи побудови нової школи. Особливості діяльності освітньої системи на Україні у 20-ті роки.

Політика українізації (1923 –1933 роки) в освітній сфері. Пошуки нових форм та методів навчання, шляхів організації, змісту освіти. Комплексні програми. Відмова від класно-урочної системи навчання, запровадження бригадно-лабораторної та проектної форм навчання.

Заснування нових типів шкіл, робфаків, шкіл у фабрично-заводського учнівства, фабрично-заводських семирічок, шкіл селянської молоді, шкіл 10-ти річок.

Відмова від запровадження нових форм та методів навчання та початку 30-х років. Постанови „Про початкову та середню школу” (1931 р.), „Про навчальні програми та режим у початковій та середній школі” (1932 р.). Уніфікація структури загальноосвітньої школи в рамках усієї країни (1934 р.). Введення нових стабільних навчальних планів та підручників.

Розробка радянськими педагогами питань мети виховання, його змісту, форм та методів; питань діяльності дитячих та юнацьких організацій в нових соціальних умовах. Розробка теорії та практики колективного виховання.

Досягнення рівня обов'язкової неповної середньої освіти. Відмова від методичних пошуків 20-х років. Заборона педології. „Про педологічні перекирення у системі Наркомосів” (1936 р.).

Основні етапи педагогічної діяльності А.С.Макаренка. провідні фактори формування Макаренка - педагога. Макаренко про мету виховання. Діалектика цілей та методів виховання. Принципи виховання. Трудова основа виховання. Шляхи проектування життя особистості і колективу.

Теорія колективу. Провідні ознаки колективу. Етапи розвитку колективу, критерії, за якими вони визначаються. Закони розвитку, принципи, провідні умови розвитку колективу. Проблема співвідношення інтересів колективу і особистості. Самоврядування дитячого колективу. Принципи організації та діяльності дитячого самоврядування („Методика організації виховного процесу”).

Теорія та практика дисциплінування в педагогічній спадщині А.С.Макаренка („Проблеми шкільного радянського виховання”, „З мого досвіду”).

Проблеми сімейного виховання у творчості А.С.Макаренка („Книга для батьків”, „Лекції про виховання дітей”). Статеве виховання.

Сучасні оцінки педагогічної спадщини А.С.Макаренка (Ю.П.Азаров, М.Ю.Красовицький, В.В.Кумарін, Г.Хіллїг, М.Д.Ярмаченко).

Тема 23. Стан розвитку школи, освіти і педагогічної думки в Україні у другій половині ХХ – на початку ХХІ ст. Видатний український педагог В.О.Сухомлинський

Особливості стану освіти і педагогіки в Україні в період Великої Вітчизняної війни та в повоєнний період (1940-1955 рр.). Здобутки, пошуки в галузі освіти, комуністичного виховання і педагогіки в 50-80-х роках.

Відродження національної освіти у період становлення незалежної України у кінці ХХ ст. Загальнодержавна Концепція середньої загальноосвітньої школи України (1991). Державна національна програма «Освіта» (Україна ХХІ ст.) (1993). Закон України «Про загальну середню освіту» (1999). Створення різних типів навчальних закладів: гімназій, ліцеїв, коледжів. Національна доктрина розвитку освіти України ХХІ століття.

Еволюція освітніх систем у найрозвиненіших країнах на рубежі ХХІ ст. Система освіти в США. Освітня система у Великобританії. Характеристика освітньої системи у Німеччині. Особливості освітньої системи Франції. Система освіти в Японії.

Життя і педагогічна діяльність видатного радянського українського педагога В.О.Сухомлинського.

4. Завдання курсу.

У результаті вивчення курсу студенти повинні:

знати:

- загальні засади педагогіки;
- поняття методів науково-педагогічного дослідження;
- фактори, що впливають на формування та розвиток особистості;
- вікові особливості школярів; сутність процесу навчання, його рушійні сили та закономірності, принципи і методи;
- зміст освіти;
- форми організації навчання;

- поняття уроку, етапів його проведення, підготовки вчителя до уроку;
- систему оцінювання;
- сутність, функції та види контролю знань учнів;
- сутність процесу виховання, його закономірності, принципи та методи;
- основи національного виховання;
- напрями всебічного розвитку особистості;
- сутність понять “особистість” і “колектив”, види колективів та етапи їх розвитку;
- усвідомлювати взаємовплив народної та наукової педагогіки, джерела історії педагогіки;
- історію становлення та освіти на різних історичних етапах в Україні та в Східній і Західній педагогічній думці;
- історію виховання і педагогіки рідного народу;
- педагогічну діяльність і погляди видатних просвітителів, освітніх діячів, учених;
- історико-педагогічні факти, відомості, що стосуються рідного краю, різних регіонів України.

вміти:

- складати програму психолого-педагогічного дослідження учня;
- визначати триєдину мету уроку; 3
- знаходити індивідуальний підхід до особистості школяра на основі розуміння його вікових та індивідуальних особливостей;
- визначати рівень розвитку учнівського колективу та складати програму заходів по його розвитку;
- аналізувати одержані результати і визначити наступну педагогічну діяльність по формуванню особистості учня;
- працювати з першоджерелами, аналізувати педагогічну літературу, оперувати поняттями педагогіки, розкривати гуманістичні та демократичні засади розвитку національної школи і педагогіки у різні епохи розвитку української держави;
- співвідносити історичний досвід виховання з потребами сучасної освіти;
- виділяти найоптимальніші ідеї виховання зі спадщини минулого та творчо застосовувати їх у шкільній практиці сучасних шкіл.

5. Статус у навчальному плані.

Нормативна навчальна дисципліна із циклу професійних компетентностей.

6. Лектор: доцент, доктор філософії в галузі освіти Литвиненко О. М.

7. Форми і методи навчання: Лекційні та практичні заняття з використанням традиційних методів, інтерактивної методики та комп’ютерної техніки, індивідуальна робота, самостійна робота.

8. Форми організації контролю знань та система оцінювання. Поточний та підсумковий контроль здійснюється у вигляді комп’ютерних тестів на освітньому просторі університету.

Для оцінювання використовується національна чотирибальна шкала: відмінно, добре, задовільно, незадовільно; європейська шкала: А, В, С, D, E, FХ.

60% балів студенти накопичують на заняттях та під час поточного контролю, що регламентується робочою програмою викладача, 40% балів студенти набирають на іспиті.

9. Мова викладання: українська.

11. ПСИХОЛОГІЯ

1. Ідентифікація

<i>Шифр:</i> НД 1.2.7.	Характеристика навчального курсу
<i>Кількість кредитів відповідних ЄКТС:</i> 3 <i>Загальна кількість годин:</i> 90 год.	Нормативна Курс: II

Тижневих годин: 2.	Семестр: 3 Лекції: 10 Практичні заняття: 20 Самостійна робота: 60 год. Вид контролю: екзамен
--------------------	--

2. Мета курсу: поглиблене ознайомлення студентів факультету фізичної культури та спорту з найголовнішими досягненнями сучасної психології; формування у майбутніх фахівців спортивного спрямування систематизованих психологічних уявлень, теоретичних знань та практичних умінь, які дозволять їм адекватно і ефективно застосовувати одержані знання в повсякденному житті, професійній діяльності тощо.

3. Опис курсу.

Тема 1. Предмет психології та її завдання, основні галузі психологічних знань. Історія розвитку психології: основні етапи. Школи, напрями, концепції в психології. Зв'язок психології з іншими науками.

Тема 2. Методи дослідження в психології. Методологічні принципи психології. Класифікація методів психології. Основні методи психології (спостереження і експеримент). Допоміжні методи психології (опитування, тестування, вивчення продуктів діяльності).

Тема 3. Мозок і психіка. Механізми психіки людини. Розвиток психіки в онтогенезі. Психіка і свідомість. Структура і функціонування центральної нервової системи людини. Загальні уявлення про основні фізіологічні механізми функціонування мозку. Сутність і співвідношення понять «психіка» і «мозок».

Тема 4. Загальна характеристика пізнавальних психічних процесів. Відчуття та сприймання. Основні властивості відчуттів. Класифікація і різновиди відчуттів. Різновиди сприймання. Властивості сприймання.

Тема 5. Пам'ять. Поняття про пам'ять. Теорії пам'яті. Різновиди пам'яті. Запам'ятовування та його різновиди. Відтворення та його різновиди. Забування та його причини. Індивідуальні особливості пам'яті.

Тема 6. Уява. Поняття про уяву. Зв'язок уяви з об'єктивною дійсністю. Фізіологічне підґрунтя уяви. Уява і органічні процеси. Процес створення образів уяви. Різновиди уяви. Уява і особистість.

Тема 7. Увага. Мислення. Поняття про увагу. Фізіологічне підґрунтя уваги. Різновиди і форми уваги. Властивості уваги. Поняття про мислення. Соціальна природа мислення. Розумові дії та операції мислення. Форми мислення. Процес розуміння. Процес розв'язання завдань. Різновиди мислення. Індивідуальні особливості мислення.

Тема 8. Мовлення. Поняття про мову та її функції. Фізіологічні механізми мовної діяльності. Різновиди мовлення.

Тема 9. Почуття і емоції. Поняття про емоції і почуття. Фізіологічне підґрунтя емоцій і почуттів. Вираження емоцій і почуттів. Форми переживання емоцій і почуттів. Вищі почуття.

Тема 10. Воля. Поняття про волю. Довільні дії та їх особливості. Аналіз складної вольової дії. Основні якості волі. Теорії волі. Безвілля, його причини і переборення. Структура вольового акту. Класифікація вольових якостей особистості.

Тема 11. Мотиваційна сфера особистості. Теорії мотивації. Спрямованість особистості. Потреби особистості. Піраміда потреб А. Маслоу. Структура активності та діяльності. Основні види діяльності та їх розвиток в онтогенезі.

Тема 12. Поняття про особистість. Особистість та індивідуально-психологічні особливості особистості. Теорії особистості. Структура особистості. Самосвідомість особистості. Мотиваційна сфера особистості. Спрямованість особистості. Рушійні сили і рівні становлення і розвитку особистості. Особистість і діяльність.

Тема 13. Особистість в групі. Міжособистісні відносини в групі. Поняття про

групи. Позиція особистості у колективі. Типологія лідерів. Особливості статевої і вікової структури колективу.

Тема 14. Темперамент. Поняття про темперамент. Типи темпераментів. Основні властивості темпераменту. Фізіологічне підґрунтя темпераменту. Роль темпераменту в діяльності людини.

Тема 15. Характер. Здібності. Поняття про здібності. Структура здібностей. Різновиди здібностей. Індивідуальні відмінності у здібностях людей та їх природні передумови. Інтелект. Поняття про характер. Структура характеру. Основні риси типового характеру. Природа характеру. Формування характеру.

4. Завдання курсу.

У результаті вивчення курсу студенти повинні:

знати:

- основні категорії і поняття психологічної науки;
- закономірності становлення і розвитку особистості у всіх її проявах – діяльності, спілкуванні, індивідуально – психологічних властивостях тощо;
- взаємозалежність різних психічних явищ;
- методи і засоби діагностики пізнавальних психічних процесів, емоційно-вольової сфери та індивідуально-психологічних властивостей особистості;
- шляхи запобігання та виходу із конфліктних ситуацій;
- особливості ефективної групової взаємодії.

вміти:

- застосовувати на практиці (в тренерській діяльності) одержані теоретичні знання з метою психодіагностики особистості;
- аналізувати ситуації, що виникають, з позиції психологічних знань, приймати оптимальні рішення щодо їх розв'язання;
- володіти основами інтерв'ювання, анкетування, опитування працівників галузі фізичної культури та спорту;
- діагностувати та аналізувати відхилення в поведінці та особистісній сфері вихованців.

5. Статус у навчальному плані.

Нормативна навчальна дисципліна із циклу загальних компетентностей.

6. Лектор: доктор наук в галузі освіти, доцент кафедри педагогіки та дитячої психології Дрозд О.В.

7. Форми і методи навчання: Лекційні та практичні заняття з використанням традиційних методів, інтерактивної методики та комп'ютерної техніки, індивідуальна робота, самостійна робота.

8. Форми організації контролю знань та система оцінювання. Поточний та підсумковий контроль здійснюється у вигляді комп'ютерних тестів на освітньому просторі університету.

Для оцінювання використовується національна чотирибальна шкала: відмінно, добре, задовільно, незадовільно; європейська шкала: А, В, С, D, E, FX.

60% балів студенти накопичують на заняттях та під час поточного контролю, що регламентується робочою програмою викладача, 40% балів студенти набирають на іспиті.

9. Мова викладання: українська.

12. ЗАГАЛЬНА ТЕОРІЯ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ

1. Ідентифікація

Шифр: НД 1.2.8.	Характеристика навчального курсу
Кількість кредитів відповідних ЄКТС: 5 Загальна кількість годин: 150 год.	Нормативна Курс: III

Тижневих годин: 2.	Семестр: 5 Лекції: 16 Практичні заняття: 34 Самостійна робота: 100 год. Вид контролю: екзамен
--------------------	---

2. Мета курсу: формування у студентів фундаментальних та прикладних знань і навичок з підготовки спортсменів різної кваліфікації. Навчити студентів найбільш розповсюдженим та одночасно адекватним методам дослідження, що доречно використовувати у фізичній культурі та спорті.

3. Опис курсу.

Тема 1. “Загальна теорія підготовки спортсменів” як наукова та навчальна дисципліна. Загальна характеристика структури і змісту ЗТПС. Сутність спорту, його роль, форми та умови функціонування в суспільстві. Класифікація видів спорту. Основні терміни дисципліни “Загальна теорія підготовки спортсменів”.

Тема 2. Характеристика соціальних функцій спорту. Характеристика функцій системи спорту для всіх в Україні. Основні напрями спортивного руху, які притаманні суспільству на сучасному етапі.

Тема 3. Система підготовки спортсменів. Характеристика компонентів системи спортивної підготовки. Основні напрямки удосконалення системи спортивної підготовки. 3. Змагальна діяльність у спорті. Роль та місце спортивних змагань в системі підготовки спортсменів. Особливості проведення змагальної діяльності в різних видах спорту.

Тема 4. Критерії економічної ефективності системи проведення змагань в різних видах спорту. Види спортивних змагань. Організація та проведення змагань.

Тема 5. Основи теорії адаптації та закономірності її формування у спортсменів Сутність адаптації в спорті. Реакції адаптації при м’язовій роботі. Стадії формування термінової адаптації. Стадії формування довготривалої адаптації. Деадаптація, реадаптація та зрив адаптації в спорті.

Тема 6. Принципи спортивного тренування. Дидактичні та специфічні принципи процесу підготовки спортсменів. Засоби спортивного тренування. Визначення мети і завдань спортивного тренування. Класифікація засобів спортивного тренування. Фізичні вправи – основний засіб спортивного тренування. Форма та зміст фізичних вправ.

Тема 7. Методи спортивного тренування. Аналіз методів спортивного тренування (словесних, наочних, практичних). Характер роботи та варіанти застосування методів.

Тема 8. Навантаження у спортивному тренуванні. Аналіз зовнішньої та внутрішньої сторін навантаження. Аналіз різновидів відпочинку за тривалістю та характером організації. Регулювання тренувальних і змагальних навантажень.

Тема 9. Фізична підготовка спортсменів. Основи фізичної підготовки. Важливість фізичної підготовки в обраному виді спортивної спеціалізації. Мета, завдання та зміст загальної, допоміжної та спеціальної фізичної підготовки в обраному виді спортивної спеціалізації. Контроль за рівнем фізичної підготовленості.

Тема 10. Технічна підготовка спортсменів Спортивна техніка як система рухів. Характеристики спортивної техніки. Мета, завдання та зміст технічної підготовки. Етапи і стадії технічної підготовки спортсменів. Основи методики вдосконалення техніки спортсменів високої кваліфікації. Контроль технічної підготовленості спортсмена.

Тема 11. Тактична підготовка спортсменів Мета, завдання та зміст тактичної підготовки. Умови, що визначають вибір тактики. Методика тактичної підготовки спортсмена. Контроль тактичної підготовленості спортсмена.

Тема 12. Психологічна підготовка спортсменів Мета, завдання та зміст психологічної підготовки спортсменів. Методика психологічної підготовки спортсменів. Психічні стани спортсмена перед стартом та способи управління ними. Контроль психічної підготовленості спортсмена.

Тема 13. Побудова тренувальних занять і мікроциклів Структура і зміст тренувального заняття. Типи тренувальних занять за педагогічною спрямованістю. Мікроцикли, їх типи, структура і зміст. Співвідношення занять з різними за величиною і спрямованістю навантаженнями у тренувальних мікроциклах.

Тема 14. Побудова мезо- і макроциклів Мезоцикли, їх типи, структура і зміст. Поєднання мікроциклів у мезоциклі. Особливості побудови мезоциклів у тренуванні жінок. Динаміка спортивної форми як передумова побудови макроциклу. Мета, завдання і зміст періодів макроциклу.

Тема 15. Побудова багаторічної підготовки спортсменів Фактори, що визначають структуру багаторічної підготовки спортсменів.

Тема 14. Відбір і орієнтація спортсменів в системі багаторічної підготовки. Мета, об'єкт і види контролю. Контроль змагальної діяльності. Контроль тренувальних і змагальних навантажень. Моделі підготовленості і змагальної діяльності спортсменів.

Тема 15. Моделювання змагальної діяльності і підготовленості в залежності від індивідуальних можливостей спортсменів.

Тема 16. . Контроль у підготовці спортсменів Спортивна обдарованість. Критерії відбору в спорті. Спортивна орієнтація: мета, завдання, зміст. Спортивний відбір: мета, завдання, зміст.

4. Завдання курсу.

У результаті вивчення курсу студенти повинні:

знати:

- теоретичні, організаційні і методичні основи підготовки та змагальної діяльності спортсменів Предмет та завдання фізичного виховання та спорту.
- мету та види контролю у фізичному вихованні.
- систему визначення та оцінки фізичного стану різних груп населення в процесі фізичного виховання.
- методи та нормативи фізичного розвитку.
- методи оцінки функціонального стану дихальної системи під час занять фізичними вправами.
- методи оцінки функціонального стану серцево-судинної системи під час заняттями фізичними вправами.
- методи оцінки фізичної працездатності.
- методи вимірювання рухової активності.
- методи оцінки фізичної підготовленості різних груп населення.
- методи комплексної оцінки фізичного здоров'я дитячого та дорослого населення.
- методи дослідження у адаптивній фізичній культурі.

вміти:

- планувати та проводити тренувальні заняття зі спортсменами різного віку, статі і спортивної кваліфікації;
- вірно підібрати найбільш адекватні методики для дослідження фізіологічних функцій під час фізичного навантаження осіб різного віку та статі;
- вміти вірно поставити та провести експериментальне дослідження;
- вірно здійснювати математичну обробку отриманих результатів та формувати висновки своїх обстежень щодо впливу фізичних вправ на організм людини;
- оцінювати рівень фізичного стану організму за бальною системою «КОНТРЕКС – 2» та іншими методичними підходами;
- оцінювати адаптаційний потенціал людини. Визначати стан фізичного здоров'я людини;
- підбирати методи дослідження фізичного розвитку населення за допомогою різноманітних підходів;
- визначати рівень рухової активності та її вплив на стан здоров'я людини.

5. Статус у навчальному плані.

Нормативна навчальна дисципліна із циклу професійних компетентностей.

6. Лектор: кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри спорту, Заслужений тренер України, Майстер спорту СРСР Тупеев Ю.В.

7. Форми і методи навчання: Лекційні та практичні заняття з використанням традиційних методів, інтерактивної методики та комп'ютерної техніки, індивідуальна робота, самостійна робота.

8. Форми організації контролю знань та система оцінювання. Поточний та підсумковий контроль здійснюється у вигляді комп'ютерних тестів на освітньому просторі університету.

Для оцінювання використовується національна чотирибальна шкала: відмінно, добре, задовільно, незадовільно; європейська шкала: А, В, С, D, E, FХ.

60% балів студенти накопичують на заняттях та під час поточного контролю, що регламентується робочою програмою викладача, 40% балів студенти набирають на іспиті.

9. Мова викладання: українська.

13. ОЛІМПІЙСЬКИЙ І ПРОФЕСІЙНИЙ СПОРТ

1. Ідентифікація

<i>Шифр:</i> НД 1.2.9.	Характеристика навчального курсу
<i>Кількість кредитів відповідних ЄКТС:</i> 3 <i>Загальна кількість годин:</i> 90 год. <i>Тижневих годин:</i> 2.	Нормативна Курс: IV Семестр: 8 Лекції: 6 Практичні заняття: 24 Самостійна робота: 60 год. Вид контролю: екзамен

2. Мета курсу: вивчення витоків, зародження та історії олімпійських ігор Стародавньої Греції, відродження сучасних Олімпійських ігор та історія сучасного олімпійського руху; сучасної міжнародної олімпійської системи та її структури; соціально-політичних, організаційних, правових та економічних основ олімпійського спорту; проблеми Олімпізму в Україні; сформувати у студентів цілісні знання по управлінню і організації фізичною культурою і спортом на всіх ланках систем, їх функціонування і взаємозв'язки в різних аспектах діяльності

3. Опис курсу.

Тема 1. Олімпійський спорт як наукова і навчальна дисципліна.

Тема 2. Олімпійські ігри Стародавньої Греції.

Тема 3. Відродження олімпійських ігор.

Тема 4. Ігри Олімпіад.

Тема 5. Зимові Олімпійські ігри.

Тема 6. Міжнародна олімпійська система

Тема 7. Організація і проведення Олімпійських ігор.

Тема 8. Соціально-політичні і правові аспекти олімпійського спорту.

Економічні основи Олімпійського спорту.

Тема 9. Передумови виникнення і розвитку, цілі, завдання, зміст і функції професійного спорту.

Тема 10. Економічні і правові аспекти професійного спорту. Тенденції розвитку професійного спорту на сучасному етапі та перспективи його становлення на Україні.

4. Завдання курсу.

У результаті вивчення курсу студенти повинні:

знати:

- загальні принципи виникнення, становлення і розвитку олімпізму на різних етапах розвитку суспільства, його організаційні, правові, економічні і політичні аспекти функціонування;

- головні принципи побудови і організації структур управління фізичною культурою та спортом на Україні і закордонних державах, їх організаційні, правові, економічні і політичні аспекти функціонування в національних та міжнародних спортивних організаціях.

вміти:

- робити історико-теоретичний аналіз, проводити історичну аналогію, співставляти та перевіряти різні етапи розвитку олімпійського руху;
- чітко розбиратися у взаємовідносинах і правах ланок управління фізичною культурою і спортом всіх рівнів і належності.

володіти:

- способами осмислення й критичного аналізу наукової інформації;
- навичками вдосконалювання й розвитку свого наукового потенціалу;
- володіти основами проектування шляхів розвитку процесу підготовки спортсмена;
- методами планування професійної діяльності в умовах глобалізації спорту;
- науковими знаннями в області фізичної культури й спортивного тренування.

5. Статус у навчальному плані.

Нормативна навчальна дисципліна із циклу професійних компетентностей.

6. Лектор: кандидат наук з фізичного виховання та спорту доцент кафедри фізичної культури та спорту Пильненький В. В

7. Форми і методи навчання: Лекційні та практичні заняття з використанням традиційних методів, інтерактивної методики та комп'ютерної техніки, індивідуальна робота, самостійна робота.

8. Форми організації контролю знань та система оцінювання. Поточний та підсумковий контроль здійснюється у вигляді комп'ютерних тестів на освітньому просторі університету.

Для оцінювання використовується національна чотирибальна шкала: відмінно, добре, задовільно, незадовільно; європейська шкала: А, В, С, D, E, FX.

60% балів студенти накопичують на заняттях та під час поточного контролю, що регламентується робочою програмою викладача, 40% балів студенти набирають на іспиті.

9. Мова викладання: українська.

14. ГІМНАСТИКА ТА МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ

1. Ідентифікація

<i>Шифр:</i> НД 1.2.10	Характеристика навчального курсу
<i>Кількість кредитів відповідних ЄКТС: 8</i> <i>Загальна кількість годин: 240 год.</i> <i>Тижневих годин: 2.</i>	Нормативна Курс: I,II Семестр: 2,3 Лекції: 4 Практичні заняття: 76 Самостійна робота: 160 Вид контролю: 2,3 с – залік

2. Мета курсу: є формування фахово-педагогічних знань, умінь і навичок, які будуть необхідні для практичної діяльності в якості вчителя фізичної культури в учбових закладах середньої освіти та інших ланках системи фізичної культури і спорту.

3. Опис курсу.

Тема 1. Класифікація вправ для загального розвитку.

Характеристика вправ, класифікація вправ, положення ніг, стійки, сіди, положення рук, вправи без предметів, з предметами.

Тема 2. Методика навчання вправам для загального розвитку.

Спосіб навчання в цілому по показу, спосіб навчання в цілому по розповіді, спосіб навчання «по розділам», поточний спосіб проведення вправ. Особливості проведення вправ для загального розвитку з предметами. Складання комплексів вправ для загального розвитку.

Тема 3. Класифікація стройових вправ.

Призначення і особливості стройових вправ, основні найменування строю, основні групи стройових вправ (стройові прийоми, шиккування і перешиккування, розмикання і змикання).

Тема 4. Методика навчання стройовим вправам

Визначення попередніх і виконавчих команд, використання методів показу, пояснювання та навчання по частинам (по розділам).

Тема 5. Загальні основи техніки.

Класифікація вправ. Силкові вправи. Махові вправи. Вправи в упорі. Вправи в висі. Акробатичні вправи.

Тема 6. Техніка виконання вправ на гімнастичних снарядах.

Техніка виконання вправ на брусах паралельних, брусах різновисоких, на колоді, поперечині, коні. Техніка виконання акробатичних елементів та вільних вправ. Техніка виконання опорних стрибків.

Тема 7. Методика навчання основним гімнастичним елементам.

Мета та завдання навчання в гімнастиці. Рухові уміння і навички, Закономірності їх формування. Структура процесу навчання гімнастичним вправам. Методи навчання.

Тема 8. Страхування й допомога при виконанні вправ на гімнастичних снарядах.

Основні вимоги до застосування прийомів страхування. Прийоми страхування й допомоги при виконанні вправ на гімнастичних снарядах. Особливості страховки і допомоги в окремих видах багатоборства.

Тема 9. Запобіжні заходи попередження травм на заняттях.

Причини травматизму на заняттях гімнастикою. Особливості травматизму в різних видах багатоборства. Методичні і організаційні вимоги до попередження травматизму на заняттях гімнастикою. Лікарський контроль.

Тема 10. Педагогічний контроль під час проведення занять з гімнастики.

Тема 11. Характеристика спортивних видів гімнастики.

Характеристика художньої гімнастики, спортивної гімнастики, спортивної акробатики. Характеристика вправ спортивних видів гімнастики, особливості вправ, значення для фізичного розвитку.

Тема 12. Значення та функції гімнастичної термінології.

Виникнення гімнастичної термінології, значення, вимоги до термінології, способи утворення термінів, правила застосування термінів, правила скорочень, терміни загально розвиваючих і вільних вправ, терміни вправ на снарядах, терміни основних акробатичних вправ, методика застосування термінології на заняттях гімнастикою, правила і форми запису вправ.

Тема 13. Організація та методика проведення уроків гімнастики з дітьми молодших класів.

Морфо-функціональні особливості дітей молодшого шкільного віку. Значення гімнастики для дітей молодшого шкільного віку. Форми занять. Зміст та методичні особливості занять. Характеристика гімнастичних вправ шкільної програми.

Тема 14. Особливості проведення підготовчої, основної та заключної частин уроку гімнастики з дітьми молодших класів.

Особливості проведення підготовчої: завдання підготовчої частини уроку, значення, зміст.

Особливості проведення основної частини уроку гімнастики: завдання основної частини уроку гімнастики, значення, зміст.

Особливості проведення заключної частини уроку гімнастики: завдання заключної частини уроку гімнастики, значення, зміст.

Тема 15. Організація та методика проведення уроків гімнастики з дітьми середніх класів.

Морфо-функціональні особливості дітей середнього шкільного віку. Значення гімнастики для дітей середнього шкільного віку. Форми занять. Зміст та методичні особливості занять. Характеристика гімнастичних вправ шкільної програми.

Тема 16. Особливості проведення підготовчої, основної та заключної частин уроку гімнастики з дітьми середніх класів.

Особливості проведення підготовчої: завдання підготовчої частини уроку, значення, зміст.

Особливості проведення основної частини уроку гімнастики: завдання основної частини уроку гімнастики, значення, зміст.

Особливості проведення заключної частини уроку гімнастики: завдання заключної частини уроку гімнастики, значення, зміст.

Тема 17. Організація та методика проведення уроків гімнастики з дітьми старших класів.

Морфо-функціональні особливості дітей старшого шкільного віку. Значення гімнастики для дітей старшого шкільного віку. Форми занять. Зміст та методичні особливості занять. Характеристика гімнастичних вправ шкільної програми.

Тема 18. Особливості проведення підготовчої, основної та заключної частин уроку гімнастики з дітьми старших класів.

Особливості проведення підготовчої: завдання підготовчої частини уроку, значення, зміст.

Особливості проведення основної частини уроку гімнастики: завдання основної частини уроку гімнастики, значення, зміст.

Особливості проведення заключної частини уроку гімнастики: завдання заключної частини уроку гімнастики, значення, зміст.

Тема 19. Організація та проведення змагань з гімнастики.

Педагогічне і агітаційне значення змагань. Види змагань. Програма змагань. Складання положення змагань, заявки. Характер змагань. Правила змагань з гімнастики. Особливості проведення масових змагань. Підготовка і проведення змагань.

Тема 20. Особливості суддівства масових змагань з гімнастики.

Правила змагань.

4. Завдання курсу.

Основними завданнями вивчення дисципліни “Гімнастика та методика викладання” є :

Освітні:

- вивчення теоретичних основ з теорії та методики викладання гімнастики;
- оволодіння технікою виконання вправ на гімнастичних снарядах ;
- оволодіння методикою навчання вправ на гімнастичних снарядах;
- оволодіння гімнастичною термінологією;
- оволодіння методикою проведення уроку фізичної культури з елементами гімнастики, згідно з програмою загальноосвітніх середніх навчальних закладів;

Оздоровчі:

- розвиток функціональних якостей систем організму та зміцнення здоров'я студентів;
- розвиток фізичних якостей студентів;
- забезпечення високого рівня працездатності.

Виховні:

- сприяння соціальному формуванню особистості;
- виховання працелюбності, наполегливості, витримки, сили волі;
- формування почуття патріотизму.

У результаті вивчення курсу студенти повинні:

знати :

- місце та значення гімнастики у системі фізичного виховання України;
- основи техніки гімнастичних вправ;
- основи методики навчання гімнастичним вправам;
- організацію та зміст занять з гімнастики у загальноосвітній школі;
- планування та облік учбово – тренувальної роботи з гімнастики у школі;
- організацію та правила проведення змагань з гімнастики;

вміти :

- застосовувати основні методи і засоби навчання на практиці;
- технічно вірно виконувати всі вивчені вправи на гімнастичних снарядах, показуючи при цьому результати, що відповідають програмним контрольним нормативам;
- проводити загально розвиваючі вправи з предметами та без предметів;
- скласти та записати план-конспект уроку з фізичної культури по розділу «Гімнастика»;
- провести уроки з фізичної культури по розділу «Гімнастика» для молодшого, середнього та старшого шкільного віку;
- проводити секційні заняття з гімнастики;
- організувати та провести змагання з гімнастики;
- виконати технічні нормативи III розряду «категорія Б»;
- оформлювати документи планування та обліку учбово – тренувальної роботи з гімнастики у школі;

5. Статус у навчальному плані.

Нормативна навчальна дисципліна із циклу професійних компетентностей.

6. Лектор: доцент, доктор філософії в галузі управління та адміністрування, майстер спорту з гімнастики Борецька Н.О.

7. Форми і методи навчання: лекційні та практичні заняття з використанням сучасних методів, інтерактивних методик, комп'ютерної техніки, спортивного обладнання, індивідуальна робота, самостійна робота.

8. Форми організації контролю знань та система оцінювання. Поточний та підсумковий контроль здійснюється у вигляді технічних нормативів на гімнастичних снарядах, перевірка конспектів з комплексами загально розвиваючих вправ, проведення загально розвиваючих вправ різними способами, проведення стройових вправ, написання конспектів уроків для різного шкільного віку та проведення уроків фізичної культури з дітьми різного шкільного віку, написання контрольних робіт, складання комп'ютерних тестів на освітньому просторі університету. Для оцінювання використовується національна чотирибальна шкала: відмінно, добре, задовільно, незадовільно; європейська шкала: А, В, С, D, E, FX.

100% балів студенти накопичують на заняттях та під час поточного контролю, що регламентується робочою програмою викладача.

60% балів студенти накопичують на заняттях та під час поточного контролю, що регламентується робочою програмою викладача, 40% - набирають під час тестування.

9. Мова викладання: українська.

15. ЛЕГКА АТЛЕТИКА ТА МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ

1. Ідентифікація

Шифр: 1.2.11	Характеристика навчального курсу
<i>Кількість кредитів відповідних ECTS: 8</i> <i>Загальна кількість годин: 240 год.</i> <i>Тижневих годин: – 2 год.</i>	Нормативна Курс: I Семестр: 1, 2 Лекції: 4 Практичні заняття: 76

	Самостійна робота: 160 Види контролю: 1,2 с. – залік
--	---

2. Мета курсу: Метою викладання навчальної дисципліни «Легка атлетика та методика викладання» є професійна підготовка студентів до практичної діяльності в якості тренера-викладача загальних та спеціалізованих навчальних закладів, працівника в галузі фізичної культури та спорту.

3. Опис курсу.

Тема 1. Легка атлетика в системі фізичного виховання України

Визначення і зміст легкої атлетики.

Класифікація легкоатлетичних вправ. Освітнє, виховне, оздоровче і прикладне значення занять легкою атлетикою. Місце і значення легкої атлетики в системі фізичного виховання. Задачі і зміст курсу легкої атлетики на факультеті фізичної культури та спорту МНУ ім. В.О.Сухомлинського

Тема 2. Історія розвитку легкоатлетичного спорту.

Виникнення, історія розвитку та сучасний стан легкоатлетичного спорту в світі, в Україні та на Миколаївщині.

Виникнення легкої атлетики. Легка атлетика у Стародавній Греції.

Відродження легкої атлетики у XIX сторіччі.

Розвиток легкоатлетичного спорту у XX сторіччі. Еволюція техніки легкоатлетичних вправ та методики підготовки. Українська легка атлетика у дореволюційній Росії та Радянському Союзі. Здобутки українського легкоатлетичного спорту у незалежній Україні. Перспективи розвитку легкої атлетики в світі та на Україні.

Легка атлетика на Миколаївщині.

Тема 3. Основи техніки легкоатлетичних вправ

Основи техніки ходьби та бігу, стрибків та метань.

Визначення понять системно-структурного підходу до розглядання питань техніки легкоатлетичних вправ. Основні показники оцінки спортивної техніки. Цикл рухів у ходьбі. Цикл рухів у бігу. Динаміка ходьби та бігу. Загальна характеристика раціональних рухів у ходьбі.

Старт, стартовий розгін, біг по дистанції. Техніка бігу на середні та довгі дистанції. Фінішування.

Фази стрибка; рухові задачі, які вирішуються в кожній фазі. Розбіг і підготовка до відштовхування. Відштовхування: поштовхова нога як пружний важіль; роль махових рухів, кути відштовхування. Політ: фактори, які впливають на довжину і висоту траєкторії руху ЗМЦГ в польоті; кути вильоту. Критерії раціональності рухів в вертикальних та горизонтальних стрибках. Приземлення: значення приземлення для результату в різних видах стрибків.

Загальна характеристика метань. Фактори, які впливають на дальність польоту легкоатлетичних снарядів. Фази метань; рухові задачі, які вирішуються в кожній фазі. Фаза розгону і підготовки до фінального зусилля в метаннях. Фаза фінального зусилля.

Тема 4. Організація та проведення змагань з легкої атлетики.

Методика організації, проведення та суддівства змагань з легкої атлетики.

Види та задачі змагань з легкої атлетики. Календар змагань; положення про змагання. Організація, підготовка та проведення змагань.

Суддівська колегія. Заявка на участь у змаганнях. Нез'явлення учасника. Вимоги до учасників змагань. Форма, взуття та номери учасників.

Розмітка стадіону для бігових видів легкої атлетики. Функціональні обов'язки суддівських бригад з бігу.

Обладнання місць змагань зі стрибків. Проведення змагань зі стрибків. Права та обов'язки учасників змагань зі стрибків.

Обладнання місць змагань з метань. Проведення змагань з метань. Права та обов'язки учасників змагань з метань. Випадки, коли спроби не зараховуються.

Тема 5. Біг на короткі дистанції :

Біг на 100 м.

Історична довідка про біг на короткі дистанції. Еволюція техніки та динаміка результатів.

Спеціальні вправи бігуна на короткі дистанції. Біг по прямому відрізку дистанції у спринтерському бігу. Човниковий біг. Старти з різних вихідних положень. Високий старт в бігу на короткі дистанції. Низький старт та стартовий розгін в бігу на короткі дистанції. Фінішування в бігу на короткі дистанції. Біг на 100 м в цілому на результат.

Біг на 200 та 400 м.

Особливості бігу на 200 м та 400 м. Біг по віражу в бігу на короткі дистанції. Вхід у віраж та вихід з віражу в бігу на короткі дистанції. Старт на віражу в бігу на 200 м та 400 м. Біг на 200 м в цілому на результат.

Правила змагань з бігу на короткі дистанції. Склад та обов'язки суддівських бригад в бігу на короткі дистанції. Порядок формування забігів та виходу у наступні кола змагань.

Аналіз матеріалу розділу бігу на короткі дистанції в навчальній програмі з легкої атлетики для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ.

Тема 6. Естафетний біг.

Естафетний біг 4 x 100 м

Історична довідка про естафетний біг. Еволюція техніки та динаміка результатів. Естафета 4 x 100 м. Техніка прийому та передачі естафетної палички в естафетному бігу 4 x 100 м. Старт на етапах естафети 4 x 100 м. Естафетний біг в цілому.

Естафетний біг 4 x 400 м

Техніка естафетного бігу 4 x 400 м. Особливості прийому та передачі естафетної палички, старту на етапах естафети.

Правила змагань з естафетного бігу. Розмітка доріжок стадіону для естафетного бігу.

Аналіз матеріалу розділу естафетного бігу в навчальній програмі з легкої атлетики для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ.

Тема 7. Вертикальні стрибки.

Стрибок у висоту способом «переступання».

Історична довідка про стрибок у висоту. Еволюція техніки та динаміка результатів. Рекорди та досягнення. Вітчизняна школа стрибків у висоту. Найвидатніші стрибуна Миколаївщини.

Стрибок способом "переступання". Відштовхування у стрибках у висоту. Підготовка до відштовхування. Останні кроки розбігу у сполученні з відштовхуванням. Рухи над планкою у стрибку у висоту способом „переступання”. Розбіг у стрибках у висоту. Добір індивідуального розбігу у стрибках у висоту. Удосконалення техніки стрибка способом «переступання».

Стрибки у висоту способами «хвиля», «перекат», «перекидний».

Техніка стрибків у висоту способами «хвиля», «перекат», «перекидний». Методика навчання техніці стрибків.

Обладнання сектору для стрибків у висоту. Правила змагань. Склад та обов'язки суддівської бригади.

Аналіз матеріалу розділу вертикальних стрибків в навчальній програмі з легкої атлетики для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ.

Тема 8. Горизонтальні стрибки.

Стрибок у довжину способом «зігнувши ноги».

Історична довідка про стрибки у довжину. Еволюція техніки та динаміка результатів.

Відштовхування у стрибках у довжину з розбігу у сполученні з польотом «в кроці». Приземлення. Розбіг. Стрибок способом «зігнувши ноги» в цілому. Удосконалення техніки стрибка

Стрибок у довжину способом «прогнувшись». Рухи в польоті в стрибку «прогнувшись». Удосконалення техніки стрибка;

Стрибок у довжину способом «ножиці». Рухи в польоті в стрибку «ножиці». Удосконалення техніки стрибка;

Сучасна комбінована техніка стрибків у довжину.

Організація змагань зі стрибків у довжину. Правила змагань. Склад та обов'язки суддівської бригади. Техніка безпеки.

Аналіз матеріалу розділу горизонтальних стрибків в навчальній програмі з легкої атлетики для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ.

Тема 9. Довгі метання.

Метання м'яча.

Тримання та випуск м'яча. Фінальне зусилля в метанні м'яча. Метання м'яча у вертикальну та горизонтальну ціль на влучність. Кидкові кроки у метанні малого м'яча. Відведення снаряду. Сполучення кидкових кроків з фінальним зусиллям. Розбіг у метанні малого м'яча.

Організація змагань з метання м'яча. Правила змагань. Склад та обов'язки суддівської бригади. Техніка безпеки.

Метання спису.

Історична довідка про метання спису. Еволюція техніки та динаміка результатів. Особливості техніки метання спису. Правила змагань.

Специфіка суддівства змагань з довгих метань.

Аналіз матеріалу розділу довгих метань в навчальній програмі з легкої атлетики для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ.

Тема 10. Навчальна практика.

Тема 1. Навчально-тренувальне заняття з легкої атлетики в ДЮСШ.

Шикування групи; складання рапорту; подавання стройових команд; забезпечення інвентарем та підготовка місць занять; проведення рухливих ігор та естафет з елементами легкоатлетичних вправ, відповідно до задач заняття, для дітей різних вікових груп; проведення підготовчої частини навчально-тренувального заняття та окремих спеціальних вправ для дітей різних вікових груп; проведення окремих задач навчально-тренувального заняття для дітей різних вікових груп; проведення цілісного навчально-тренувального заняття з різних груп видів легкої атлетики для дітей різних вікових, кваліфікаційних груп; детальний аналіз учбової практики студентів; волонтерство та практичне суддівство змагань з легкої атлетики.

4. Завдання курсу.

У результаті вивчення дисципліни студент повинен:

Знати:

- місце та значення легкої атлетики у системі фізичного виховання України;
- історію розвитку легкої атлетики як виду спорту та ретроспективу процесу удосконалення техніки легкоатлетичних вправ;
- загальні основи техніки ходьби та бігу, стрибків та метань, техніку окремих видів легкої атлетики та способів її виконання;
- методичку навчання техніці легкоатлетичних вправ та методичку її удосконалення;
- технологію організації та зміст навчально-тренувальних занять з легкої атлетики у спортивних навчальних закладах та секціях загальноосвітніх шкіл, дитячих оздоровчих таборів;

- технологію організації, проведення та суддівства змагань з легкої атлетики, правила змагань з легкої атлетики;

Уміти:

- технічно вірно виконувати всі вивчені легкоатлетичні вправи, показуючи при цьому результати, що відповідають програмним вимогам до рівня навчальних досягнень;
- методично вірно проводити навчально-тренувальні заняття з легкої атлетики у секціях загальноосвітніх навчальних закладів та групах ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ;
- організувати та провести змагання з легкої атлетики у загальноосвітньому навчальному закладі, дитячому оздоровчому таборі; виконувати обов'язки помічника судді з легкої атлетики під час змагань.

Володіти:

- способами знаходження, осмислення й критичного аналізу наукової інформації в галузі фізичного виховання та легкоатлетичного спорту для творчого та креативного вирішування педагогічних завдань;
- методикою застосування в практичній діяльності професійних теоретичних знань в галузі фізичної культури та легкоатлетичного спорту;
- методикою планування навчально-тренувальних занять з легкої атлетики у ДЮСШ, СДЮШОР, закладах середньої освіти з урахуванням віку, статі, рівня фізичної підготовленості учнів;
- методами організації, навчання та виховання учнів в процесі навчально-тренувальних занять з легкої атлетики в ДЮСШ, позаурочних та позашкільних фізкультурно-масових та фізкультурно-спортивних заходів легкоатлетичної спрямованості в ЗОШ.

5. Статус у навчальному плані.

Нормативний курс із циклу професійних компетентностей.

6. Лектор: кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри спорту, Заслужений тренер України, Майстер спорту СРСР Тупеев Ю.В.

7. Форми і методи навчання: Лекційні та практичні заняття з використанням традиційних методів, комп'ютерної техніки; індивідуальна робота, самостійна робота.

8. Форми організації контролю знань та система оцінювання. Поточний контроль здійснюється у вигляді опитувань, контрольних робіт, теоретичних та практичних тестувань, складання технічних та техніко-фізичних нормативів. Залікові бали студенти накопичують під час на заняттях та під час поточного контролю, що регламентується робочою програмою з дисципліни «Легка атлетика та методика викладання».

Підсумковий контроль у формі іспиту здійснюється у вигляді комп'ютерних тестів на освітньому просторі університету.

60% балів студенти накопичують на заняттях та під час поточного контролю, що регламентується робочою програмою викладача, 40% балів студенти набирають на іспиті.

Для оцінювання використовується національна чотирибальна шкала: відмінно, добре, задовільно, незадовільно; європейська шкала: А, В, С, D, E, FХ.

9. Мова викладання: українська

16. ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

1. Ідентифікація

Шифр: 1.2.11	Характеристика навчального курсу
--------------	----------------------------------

<p><i>Кількість кредитів відповідних ECTS:9</i> <i>Загальна кількість годин: 270 год.</i> <i>Тижневих годин: – 2 год.</i></p>	<p>Нормативна Курс: II,III Семестр: 3,4,5 Лекції: 20 Практичні заняття: 70 Самостійна робота: 180 Види контролю: 3,4 с. – залік, 5 с. - екзамен</p>
---	---

2. Мета курсу формування у студентів конкретних знань і умінь, необхідних для успішної практичної діяльності з фізичного виховання, набуття практичних навичок, проведення навчально-виховної роботи з школярами різного віку і підготовленості, впровадження здорового способу життя і позакласної роботи згідно навчальних програм і закону України «Про фізичну культуру і спорт».

3. Опис курсу.

Тема 1. Теорія та методика фізичного виховання як навчальна та наукова дисципліна.

Характеристика ТМФВ як наукової і навчальної дисциплін. Теорія фізичного виховання. Методика фізичного виховання. Джерела та етапи розвитку ТМФВ. Зв'язок ТМФВ з іншими науками та навчальними дисциплінами. Об'єкт, предмет вивчення і викладання. Структура навчальної дисципліни ТМФВ. Актуальні проблеми ТМФВ.

Тема 2. Основні поняття теорії та методики фізичного виховання.

Значення понятійного апарату теорії і методики фізичної культури. Базові поняття і їх взаємозв'язок: фізичний розвиток, фізична підготовка, фізична підготовленість, фізичне виховання, фізична культура, фізична освіта, рухова активність, спорт, фізична досконалість.

Тема 3. Методи дослідження ТМФВ.

Організація дослідження. Проблема або завдання. Предмет дослідження. Об'єкт і предмет дослідження. Робоча гіпотеза. Методи дослідження: теоретичний аналіз, педагогічні спостереження, педагогічний експеримент, тестування (контрольні тести), анкетування, інтерв'ю, бесіда, методи математичної статистики.

Тема 4. Характеристика і структура системи фізичного виховання.

Поняття про систему фізичного виховання, її засади. Мета і завдання фізичного виховання. Ідеологічні, науково-методичні, організаційні, методичні та програмно-нормативні основи системи фізичного виховання. Основні напрямки системи фізичного виховання. Умови функціонування системи фізичного виховання.

Тема 5. Загальні принципи системи фізичного виховання.

Загальні соціально-педагогічні принципи системи фізичного виховання. Принципи всебічного розвитку особистості: взаємозв'язок всіх аспектів виховання; забезпечення всебічного фізичного виховання; єдність загальної і спеціальної фізичної підготовки. Принцип зв'язку фізичного виховання з трудовою і військовою практикою: забезпечення максимального прикладного ефекту фізичного виховання; створення широких передумов засвоєння різноманітних форм життєдіяльності; використання можливостей фізичного виховання для трудового і морального виховання. Принцип оздоровчої спрямованості фізичного виховання: забезпечення регулярності і єдності лікувального і педагогічного контролю.

Тема 6. Засоби фізичного виховання, їх характеристика та класифікація.

Визначення поняття. Фізичні вправи як основний засіб фізичного виховання. Природні сили як допоміжний засіб фізичного виховання. Гігієнічні фактори як допоміжний засіб фізичного виховання. Зміст та форма фізичних вправ. Загальні поняття про техніку фізичних вправ. Компоненти техніки фізичних вправ. Фази виконання фізичних вправ. Характеристики рухів: просторові характеристики; часові характеристики рухів; просторово-часові характеристики; динамічні та ритмічні характеристики.

Класифікація фізичних вправ. Утворення ефектів фізичних вправ. Поняття «ефект» фізичних вправ. Характеристика процесів зміни в організмі під впливом фізичних вправ: робоча фаза; фаза відносної нормалізації; редуційна фаза; кумулятивний ефект.

Тема 7. Принципи побудови процесу фізичного виховання

Визначення понять. Структура системи педагогічних принципів. Соціально-педагогічні принципи побудови процесу фізичного виховання: принцип формування фізичної культури людини; принцип гармонійного розвитку особистості; принцип зв'язку з життєдіяльністю; принцип оздоровчої спрямованості. Методичні принципи фізичного виховання: принцип свідомості й активності учнів; принцип наочності; принцип доступності й індивідуалізації; принцип систематичності. Принципи побудови занять у процесі фізичного виховання: принцип міцності і прогресування; принцип безперервності; принцип циклічності; принцип врахування вікових особливостей особистості.

Тема 8. Методи фізичного виховання

Визначення поняття: «метод», «методичний прийом», «методика», «методичний підхід». Практичні методи фізичного виховання: методи навчання рухових дій, методи вдосконалення та закріплення рухових дій, методи вдосконалення фізичних якостей. Загально-педагогічні методи в фізичному вихованні. Вербальні методи: розповідь, пояснювання, інструктування, вказівки, команди. оцінки. Методи демонстрації. Методи наочності.

Тема 9. Теоретико-методичні основи фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку

Анатомо-фізіологічні особливості молодших школярів. Мета, завдання фізичного виховання молодших школярів. Контрольні якісні показники рівня фізичної культури молодших школярів. Основи формування потреб заняттями фізичною культурою.

Тема 10. Навчальні програми з фізичної культури для початкової загальної освіти та особливості планування процесу фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку

Навчальні програми з фізичної культури для 1-4 класів, їх структура та обґрунтованість. Зміст розділів програми. Завдання фізичного виховання і засоби їх рішення. Суттєвість та значення планування.

Вимоги до складання планів: реальність, конкретність, варіативність, наступність та перспективність, простота та наочність.

Форми планування. Підготовка до планування. Вимоги до формулювання навчальних завдань: наявність цільової установки, відображення кінцевого результату навчальної діяльності.

Етапи планування. Методика розробки завдань на навчальний рік, четверть та урок.

Основні документи навчальної роботи та методика їх складання: річний план та річний план-графік; тематичний план з розділу програми; календарний план; план-конспект уроку.

Тема 11. Урок як основна форма фізичного виховання

Риси уроку. Вимоги до проведення уроку фізичної культури. Зміст уроку фізичної культури. Класифікація уроків: за направленістю фізичного виховання, за предметним змістом, за перевагою однієї із сторін фізичного виховання, за вирішенням основних завдань.

Типи уроків фізичної культури. Структура уроку фізичної культури. Методика проведення уроку. Правила побудови та проведення підготовчої, основної та заключної частини уроку.

Методи організації діяльності учнів на уроці: фронтальний, груповий, індивідуальний, колового тренування. Підготовка вчителя до уроку.

Педагогічний аналіз уроку фізичної культури як спосіб підвищення його ефективності. Навантаження на уроці. Методика його визначення та прийоми

регулювання. Пульсометрія. Щільність уроку як умова досягнення необхідного навантаження

Тема 12. Особливості проведення уроку фізичного виховання у початковій школі.

Урок фізичного виховання дітей молодшого шкільного віку – особливості методики, проведення та планування. Завдання фізичного виховання і засоби їх рішення. Особливості методики навчання руховим діям та розвитку рухових якостей. Роль учителя на уроці фізичної культури.

Тема 13. Позаурочні форми занять фізичними вправами учнів молодшого шкільного віку.

Завдання позаурочних форм фізичного виховання. Характеристика і методика проведення фізкультурно–оздоровчих заходів протягом навчального дня. Зміст форми та методика проведення позакласної роботи у початкових класах. Фізичне виховання поза школою. Фізичне виховання у відпочинкових дитячих таборах. Роль сім'ї у фізичному вихованні дітей. Індивідуальні самостійні заняття.

4. Завдання курсу.

У результаті вивчення курсу студенти повинні:

знати:

- вихідні поняття теорії фізичного виховання;
- основи української національної системи фізичного виховання;
- методику розвитку фізичних якостей з урахуванням вікових, статевих, індивідуальних відмінностей фізичного розвитку та рівня фізичної підготовленості учнів;
- знати основи методики навчання техніки фізичних вправ,
- форми організації занять з фізичного виховання;
- методи управління і контролю у процесі фізичного виховання школярів;
- програмно-нормативні основи фізичного виховання в галузі освіти;
- основи планування і облік процесу фізичного виховання в школі;

вміти:

- аналізувати педагогічні явища, процеси, факти з точки зору сучасної теорії і практики фізичного виховання;
- творчо використовувати отримані знання з теорії і методики фізичного виховання при вирішенні педагогічних, навчально-виховних, науково-методичних завдань з врахуванням вікових і індивідуальних відмінностей учнів;
- використовувати педагогічні ідеї в організації процесу навчання й виховання; нормувати фізичні навантаження у фізичному вихованні з урахуванням вікових, статевих, індивідуальних відмінностей, фізичного розвитку та рівня фізичної підготовленості учнів;
- здійснювати різні напрями фізичного виховання у роботі з школярами в умовах школи та позашкільних закладів освіти;
- вміло будувати взаємостосунки з учнями, батьками, колегами у процесі педагогічної та фізкультурно-спортивної діяльності;
- на практиці реалізовувати методи та форми фізкультурно-спортивної діяльності з метою формування всебічно розвинутої особистості школярів, дотримуватися техніки безпеки та виконання гігієнічних вимог до умов проведення занять з фізичної культури;
- планувати, організовувати і здійснювати роботу з фізичного виховання, вивчати, аналізувати і оцінювати рівень фізичного розвитку дітей шкільного віку;
- вирішувати теоретичні та практичні проблемні завдання з використанням сучасних методів наукового пізнання;
- формувати в учнів систему знань і свідому потребу в систематичних заняттях фізичною культурою і спортом, та в здоровому способі життя; аналізувати, узагальнювати і розповсюджувати передовий досвід, систематично підвищувати свою професійну кваліфікацію;

- здійснювати науково-дослідну та методичну роботу, орієнтуватися в спеціальній науково-педагогічній літературі згідно профілю підготовки.

володіти:

- знаннями в галузі загальної та вікової психології, вікових анатомічних, морфофункціональних та індивідуальних особливостей розвитку дітей;
- культурою мислення, здатністю до узагальнення, аналізу, сприйняття інформації, постановці мети та вибору шляхів її досягнення; спеціальною професійною термінологією;
- способами осмислення й критичного аналізу наукової інформації.

5. Статус у навчальному плані.

Нормативна навчальна дисципліна із циклу професійних компетентностей.

6. Лектор: доцент, доктор філософії в галузі освіти Литвиненко О. М.

7. Форми і методи навчання: Лекційні та практичні заняття з використанням традиційних методів, інтерактивної методики та комп'ютерної техніки, індивідуальна робота, самостійна робота.

8. Форми організації контролю знань та система оцінювання. Поточний та підсумковий контроль здійснюється у вигляді комп'ютерних тестів на освітньому просторі університету.

Для оцінювання використовується національна чотирибальна шкала: відмінно, добре, задовільно, незадовільно; європейська шкала: А, В, С, D, E, FХ.

60% балів студенти накопичують на заняттях та під час поточного контролю, що регламентується робочою програмою викладача, 40% балів студенти набирають на іспиті.

9. Мова викладання: українська.

17. СПОРТИВНІ ІГРИ ТА МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ

1. Ідентифікація

Шифр: НД 1.2.13	Характеристика навчального курсу
<p><i>Кількість кредитів відповідних ЄКТС: 8</i></p> <p><i>Загальна кількість годин: 240 год.</i></p> <p><i>Тижневих годин: 1 семестр – 2 год.</i></p> <p><i>2 семестр – 3 год.</i></p>	<p>Нормативна</p> <p>Курс: I</p> <p>Семестр: 1, 2</p> <p>Лекції: 4</p> <p>Практичні заняття: 76</p> <p>Самостійна робота: 160</p> <p>Вид контролю: 1,2 с. – залік;</p>

2. Мета курсу: формування у студентів цілісної системи знань та умінь щодо професійної діяльності у сфері фізичної культури і спорту на основі вивчення спортивних ігор (футбол, баскетбол, волейбол). Володіння навичками гри, знаннями структури гри, техніки і тактики, ігрової та змагальної діяльності, засвоєння методів навчання, необхідних для самостійної педагогічної роботи в школі.

3. Опис курсу.

Тема 1. Історія розвитку гри футбол. Історія розвитку гри футбол у світі. Етапи розвитку футболу. Історія розвитку гри футбол в Україні. Розвиток сучасного футболу.

Тема 2. Фізична підготовка у футболі. Загальна фізична підготовка у футболі. Розвиток фізичних якостей у футболі. Спеціальна фізична підготовка у футболі.

Тема 3. Технічна підготовка у футболі. Аналіз техніки та методика навчання стійкам та переміщенням у футболі. Техніка володіння м'ячем (аналіз техніки та методика навчання ударам по м'ячу, зупинкам м'яча, веденню м'яча, фінтам). Аналіз техніки та методика навчання відбору м'яча. Аналіз техніки та методика навчання техніки гри воротаря.

Тема 4. Тактика нападу гри футбол. Аналіз та методика навчання індивідуальним діям в нападі у футболі. Аналіз та методика навчання груповим діям в нападі у футболі. Аналіз та методика навчання командним діям в нападі у футболі.

Тема 5. Тактика захисту гри футбол. Аналіз та методика навчання індивідуальним діям в захисті у футболі. Аналіз та методика навчання груповим діям в захисті у футболі. Аналіз та методика навчання командним діям в захисті у футболі.

Тема 6. Організація і проведення змагань з футболу. Види змагань. Положення про змагання. Системи розіграшу. Виявлення переможців змагань. Правила проведення змагань з футболу. Суддівство.

Тема 7. Планування та звітність учбової роботи по футболу. Види планування. Планування учбової роботи в школі. План-конспект уроку з футболу в школі. Звітність учбової роботи в школі.

Тема 8. Історія розвитку гри баскетбол. Баскетбол як розділ спортивних ігор. Історія виникнення гри. Етапи розвитку гри. Історія розвитку баскетболу в Україні. Видатні спортсмени баскетболісти.

Тема 9. Фізична підготовка у баскетболі. Загальна фізична підготовка у баскетболі. Розвиток фізичних якостей у баскетболі. Спеціальна фізична підготовка у баскетболі. Психологічна підготовка.

Тема 10. Техніка нападу гри баскетбол. Аналіз техніки та методика навчання стійкам та переміщенням. Аналіз техніки та методика навчання передачам м'яча. Аналіз техніки та методика навчання кидкам м'яча у кошик. Аналіз техніки та методика навчання веденню м'яча. Аналіз техніки та методика навчання фінтам.

Тема 11. Техніка захисту гри баскетбол. Аналіз техніки та методика навчання стійкам та переміщенням у захисті. Аналіз техніки та методика навчання вириванню, вибиванню м'яча. Аналіз техніки та методика навчання перехопленню м'яча. Аналіз техніки та методика навчання накриванню, відбиванню м'яча. Аналіз техніки та методика навчання оволодінню м'ячем.

Тема 12. Тактика нападу в баскетболі. Аналіз та методика навчання індивідуальним тактичним діям в нападі. Групові тактичні дії в нападі (Аналіз та методика навчання взаємодіям двох, трьох гравців в нападі). Командні тактичні дії в нападі (Аналіз та методика навчання стрімкому нападу, позиційному нападу).

Тема 13. Тактика захисту в баскетболі. Аналіз та методика навчання індивідуальним тактичним діям в захисті. Групові тактичні дії в захисті (Аналіз та методика навчання взаємодіям двох, трьох гравців в захисті). Командні тактичні дії в захисті (Аналіз та методика навчання персональному, зонному, змішаному захисту).

Тема 14. Організація і проведення змагань з баскетболу. Положення про змагання. Системи розіграшу. Виявлення переможців змагань. Правила змагань з баскетболу. Суддівство.

Тема 15. Планування та звітність учбової роботи по баскетболу. Види планування. Планування учбової роботи в школі. План-конспект уроку з баскетболу в школі. Звітність учбової роботи в школі.

4. Завдання курсу.

У результаті вивчення курсу студенти повинні:

знати:

- місце спортивних ігор у педагогічній практиці;
- історію, сучасне становище та перспективи розвитку футболу, баскетболу, волейболу;
- техніку безпеки під час проведення занять та змагань з футболу, баскетболу, волейболу;
- методику навчання технічним елементам в футболі, баскетболі, волейболі;
- методику навчання тактичним діям в футболі, баскетболі, волейболі;
- системи змагань у футболі, баскетболі, волейболі;
- особливості розвитку фізичних якостей у футболі, баскетболі, волейболі;

вміти:

- технічно вірно виконувати вправи футболу, баскетболу, волейболу в тренувальних та змагальних умовах, показуючи при цьому результати, що відповідають кваліфікаційним вимогам;
- складати конспекти, готувати місце для проведення ігор, необхідний інвентар і встаткування;
- проводити будь-якої частини уроку і заняття в цілому, згідно з програмою;
- організовувати та проводити змагання з футболу, баскетболу, волейболу у загальноосвітньому навчальному закладі.

5. Статус у навчальному плані.

Нормативна навчальна дисципліна із циклу професійних компетентностей.

6. Лектор: доцент, доктор філософії в галузі освіти, Жигadlo Геннадій Бісславович; доцент Кулаков Юрій Євгенович.

7. Форми і методи навчання: Лекційні та практичні заняття з використанням традиційних методів, інтерактивних методик та комп'ютерної техніки, індивідуальна робота, самостійна робота.

8. Форми організації контролю знань та система оцінювання. Діагностичний розділ визначає диференційований та об'єктивний облік результатів навчальної діяльності студентів і включає в себе ряд підрозділів:

- а) контроль засвоєння *теоретичних знань*;
- б) контроль рівня та динаміки *загальної фізичної підготовленості* студентів (виконання контрольних тестів загально-фізичної підготовки на результат);
- в) контроль рівня та динаміки *спеціальної фізичної підготовленості* студентів (виконання контрольних вправ спеціально-фізичної підготовки на результат);
- г) контроль рівня *засвоєння техніки* цілісної вправи у рухливих іграх та її складових частин;
- д) контроль рівня *інтегральної підготовленості* студента;
- е) контроль засвоєння *професійних навичок* (проведення на оцінку окремих загально розвиваючих вправ, підготовчої частини, окремих задач та цілісного навчально-тренувального заняття з спортивних ігор для різних вікових груп);
- ж) контроль засвоєння *суддівських навичок* (організація та проведення змагань, методика суддівства).

Для оцінювання використовується національна чотирибальна шкала: відмінно, добре, задовільно, незадовільно; європейська шкала: А, В, С, D, E, FХ.

100% балів студенти накопичують на заняттях та під час поточного контролю, що регламентується робочою програмою викладача.

9. Мова викладання: українська.

18. ПЛАВАННЯ ТА МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ

1. Ідентифікація

Шифр: 1.2.14.	Характеристика навчального курсу
<p><i>Кількість кредитів відповідних ЄКТС: 4</i> <i>Загальна кількість годин: 120 год.</i> <i>Тижневих годин: 2 год.</i></p>	<p>Нормативна Курс: IV Семестр: 8 Лекції: 8 Практичні заняття: 34 Самостійна робота: 80 Вид контролю: залік;</p>

2. Мета курсу: Метою викладання навчальної дисципліни «Плавання та методика викладання» є професійна підготовка студентів до практичної діяльності в якості тренера-викладача загальних та спеціалізованих навчальних закладів, працівника в галузі фізичної культури та спорту.

3. Опис курсу.

Тема 1. Визначення та зміст предмету. Значення плавання в системі фізичного виховання.

Тема 2. Історія розвитку плавання.

Тема 3. Правила поведінки та заходи безпеки на воді.

Тема 4. Підготовчі вправи звикання до води.

Тема 5. Методика навчання кролем на грудях.

Тема 6. Методика навчання кролем на спині.

Тема 7. Методика навчання брасом.

Тема 8. Методика навчання батерфляєм

Тема 9. Методика навчання стартів та поворотів.

Тема 10. Вдосконалення техніки плавання кролем на грудях.

Тема 11. Вдосконалення техніки плавання кролем на спині.

Тема 12. Вдосконалення техніки плавання брасом.

Тема 13. Вдосконалення техніки плавання батерфляєм.

Тема 14. Вдосконалення техніки стартів та поворотів.

Тема 15. Організація занять з плавання.

Тема 16. Прикладне плавання.

Тема 17. Розвиток сили.

Тема 18. Розвиток загальної та спеціальної витривалості плавця.

Тема 19. Розвиток спритності плавця.

Тема 20. Розвиток гнучкості.

Тема 21. Ігри для ознайомлення з водою.

Тема 22. Ігри для ознайомлення з диханням у воді. Ігри з плавальними рухами.

Тема 23. Ігри для ознайомлення з властивостями води. Ігри для вдосконалення окремих елементів техніки спортивного плавання.

Тема 24. Ігри для засвоєння найпростіших стрибків у воду. Естафети.

4. Завдання курсу.

У результаті вивчення курсу «Плавання та методика викладання» студенти повинні

знати:

- історію розвитку окремих видів плавання та ретроспективу процесу удосконалення техніки вправ, що вивчаються;
- основи техніки видів плавання, які вивчаються під час перебування студентів на навчальних заняттях;
- методику навчання техніці спортивних видів плавання вправ в умовах навчально-тренувальних занять;
- технологію організації та зміст занять з плавання у дитячих спортивно-оздоровчих таборах;
- технологію організації, проведення та суддівства змагань з плавання в умовах спортивно-оздоровчого табору, правила змагань з плавання;

вміти:

- технічно вірно виконувати всі вивчені вправи зі спортивного плавання, показуючи при цьому результати, що відповідають програмним вимогам до рівня навчальних досягнень;
- провести навчально-тренувальне заняття для дітей з плавання, відповідно до віку дітей, ступеню їх підготовленості та умов перебування на практичному занятті з плавання;

- організувати та провести змагання з плавання у дитячій спортивній школі; виконувати обов'язки судді з плавання.

володіти:

- способами знаходження, осмислення й критичного аналізу наукової інформації в галузі фізичного виховання та спорту для творчого та креативного вирішування педагогічних завдань;

- методикою застосування в практичній діяльності професійних теоретичних знань в галузі фізичної культури та спорту;

- методикою планування навчально-тренувальних занять з урахуванням віку, статі, рівня фізичної підготовленості дітей в умовах навчально-тренувального заняття;

- методами організації, навчання та виховання в умовах навчально-тренувального заняття.

5. Статус у навчальному плані.

Нормативний курс із циклу професійних компетентностей.

6. Лектор: кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри фізичного виховання та спорту, Заслужений тренер України, Майстер спорту СРСР Тупєєв Ю.В.

7. Форми і методи навчання: Лекційні та практичні заняття з використанням традиційних методів, комп'ютерної техніки; індивідуальна робота, самостійна робота.

8. Форми організації контролю знань та система оцінювання.

Поточний контроль здійснюється у вигляді опитувань, контрольних робіт, теоретичних та практичних тестувань, складання технічних та техніко-фізичних нормативів. Залікові бали студенти накопичують під час на заняттях та під час поточного контролю, що регламентується робочою програмою з дисципліни «Теорія та методика викладання обраного виду спорту».

Підсумковий контроль у формі курсової роботи здійснюється у вигляді захисту представленої роботи комісії факультету.

Підсумкова атестація відбувається у формі усного екзамену, що складається атестаційної комісії факультету.

Для оцінювання використовується національна чотирибальна шкала: відмінно, добре, задовільно, незадовільно; європейська шкала: А, В, С, D, E, FХ.

9. Мова викладання: українська

19. ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ВИКЛДАННЯ ОБРАНОГО ВИДУ СПОРТУ

1. Ідентифікація

Шифр: 1.2.15.	Характеристика навчального курсу
<i>Кількість кредитів відповідних ЄКТС:</i> 31 <i>Загальна кількість годин:</i> 930 год. <i>Тижневих годин:</i> 2 год.	Нормативна Курс: I,II,III IV Семестр: 1,2,3,4,5,6,7,8 Лекції: 30 Практичні заняття: 280 Самостійна робота: 620 Вид контролю: 1,2,3,4,5,6,8 с. -залік; 7 с. – курсова робота

2. Мета курсу: Метою засвоєння навчальної дисципліни «Теорія та методика викладання обраного виду спорту» є формування сукупності компетентностей, що дозволяють

ефективно здійснювати організаційну, наукову, методичну, тренерську, викладацьку та інші види діяльності з обраного виду спорту.

3. Опис курсу.

Тема 1. Загальна характеристика ОВС. Правила змагань з ОВС.

Загальна характеристика ОВС. Особливості рухових дій в ОВС. Класифікація ОВС.

Загальні основи організації і проведення змагань. Визначення і характеристика змагань. Мета і завдання проведення змагань. Керівництво змагань. Порядок фінансування змагань. Інформаційне забезпечення, реклама. Види змагань. Положення про змагання. Терміни та правила розсилки положення. Структура Положення про змагання.

Правила змагань. Правила змагань національних і міжнародних федерацій. Правила для ветеранів. Порядок жеребкування і розподілу учасників змагань. Порядок ведення спортивної боротьби. Санкції за порушення правил змагань.

Програма змагань. Заявки на участь в змаганнях. Церемонія відкриття і закриття змагань. Парад учасників змагань. Проведення змагань. Організація відпочинку, харчування і дозвілля учасників змагань. Протести. Порядок і терміни подачі протестів. Апеляційне журі. Терміни розгляду. Рішення і оскарження рішень.

Спортивні судді і помічники, суддівська колегія. Склад суддівської колегії. Права і обов'язки суддів. Головний суддя змагань. Права і обов'язки головного судді. Заступники головного судді. Судді на місцях. Розподіл обов'язків суддів. Комендант змагань.

Учасники змагань. Категорії учасників змагань. Вік і кваліфікація спортсменів. Вікові групи. Допуск учасників змагань. Критерії допуску. Права і обов'язки учасників змагань. Стягнення до учасників змагань: зауваження, попередження, зняття зі змагань (дистанції), дискваліфікація.

Вимоги до місць змагань. Обладнання та інвентар змагань. Медичне обслуговування змагань. Забезпечення безпеки учасників змагань.

Визначення переможців та нагородження. Фіксування результату відповідно до правил змагань. Реєстрація кращих досягнень. Національні, регіональні та світові досягнення. Порядок і церемонія нагородження. Правила поведінки на церемонії нагородження.

Представники команд. Права і обов'язки, повноваження офіційного представника. Взаємовідносини офіційного представника і суддівської колегії.

Тема 2. Історія розвитку ОВС.

Виникнення і початковий розвиток ОВС в світі.

Передумови виникнення ОВС. Прикладне значення вправ ОВС. Основні передумови розвитку ОВС на початковому етапі.

Розвиток ОВС до 20 століття. Соціально-економічні передумови розвитку ОВС. Особливості та переважне розвиток ОВС в різних країнах. Поява перших гуртків і клубів з ОВС. Поява перших змагань з ОВС. Рівень фізичної, технічної і тактичної підготовленості спортсменів.

Соціально-економічні умови для розвитку ОВС в 20 столітті. Зростання масовості ОВС. Розвиток ОВС в різних країнах. Поява спортивних об'єднань і організацій з ОВС. Розвиток техніки ОВС. Розвиток методики тренування в ОВС. Національна та міжнародна інтеграція в ОВС. Національні та міжнародні змагання з ОВС. Розвиток спортивної науки. Розвиток спортивного інвентарю та спортивних споруд в ОВС. Становлення системи спортивної підготовки у ОВС.

Зародження і розвиток ОВС в Україні до 1917 р.

Соціально-економічні передумови розвитку ОВС в Україні у складі Російської Імперії. Особливості та переважне розвиток ОВС в різних регіонах. Перші гуртки та клуби з ОВС. Відомі вітчизняні ентузіасти та меценати ОВС того часу. Перші змагання з ОВС, в яких брали участь українські спортсмени. Розвиток рівня фізичної, технічної і тактичної підготовленості спортсменів.

Розвиток ОВС в Україні у складі СРСР (1917-1992 рр.)

Соціально-економічні умови розвитку ОВС після 1917р. Зростання масовості ОВС. Прикладне і виховне значення вправ ОВС. Використання в фізичному вихованні вправ ОВС. Поява спортивних об'єднань, товариств і організацій. Всесоюзні змагання з ОВС. Чемпіонати УРСР, СРСР, спартакіади народів СРСР. Найбільш відомі радянські спортсмени-українці з ОВС. Розвиток техніки ОВС. Розвиток методики тренування в ОВС. Інтеграція радянських спортсменів і організацій з ОВС в міжнародний спортивний рух. Участь радянських спортсменів-українців в міжнародних змаганнях, матчевих зустрічах. Розвиток національної спортивної науки. Розвиток спортивного інвентарю та спортивних споруд з ОВС. Становлення системи спортивної підготовки з ОВС в СРСР.

Розвиток ОВС за часів незалежності України (1992 – 1916 рр.)

Проблеми розвитку ОВС в РФ після розпаду СРСР. Зміни в організації та фінансуванні ОВС. Аналіз виступів національної збірної команди з ОВС на Чемпіонатах Європи, Світу, Олімпійських іграх. Біографія видатних спортсменів, неодноразових олімпійських чемпіонів. Олімпійські рекорди та досягнення: хронологія, динаміка.

Стан ОВС на сучасному етапі та перспективи розвитку. Проблеми матеріально-технічного оснащення. Перспективи розвитку техніки. Конкуренція на світовій спортивній арені.

Використання фармакологічних засобів і проблеми допінгу. Динаміка і тенденція зростання спортивних результатів в ОВС. Державні структури і громадські організації з ОВС

Тема 3. Техніка з основами біомеханіки в ОВС.

Біомеханічні основи техніки.

Біомеханіка в ОВС. Основні поняття. Центр мас тіла. Сили і напрямки сил. Визначення та розрахунок основних параметрів.

Визначення поняття техніки. Види техніки та індивідуальна варіативність. Основа і деталі техніки. Форма і зміст техніки. Періоди і фази техніки рухової дії. Темп, ритм, амплітуда рухів. Особливості техніки в різних умовах: змінні та незмінні параметри. Фактори, що впливають на техніку ОВС. Фізична втома. Психологічні чинники. Метеорологічні фактори. Вплив спортивного інвентарю та обладнання. Вплив рівня фізичної підготовленості, фізичних якостей.

Еволюція та шляхи подальшого вдосконалення техніки ОВС.

Основні етапи в розвитку техніки ОВС. Поява видів і різновидів техніки. Індивідуальні особливості техніки видатних спортсменів і їх вплив на розвиток техніки. Основні шляхи і перспективи розвитку техніки ОВС.

Основні помилки в техніці ОВС. Джерела (причини) помилок в техніці: фізична невідповідність, недосконалість інвентарю та умов при навчанні, форсування навантажень, нерациональний вибір засобів і методів навчання, хибні уявлення про техніку.

Тема 4. Методика навчання руховим діям в ОВС.

Основи навчання техніці ОВС.

Основи навчання руховим діям: принципи, засоби, методи. Метод цілісної та розчленованої вправи. Словесні, наочні і практичні методи навчання. Загально-підготовчі та спеціально-підготовчі вправи. Сутність допоміжних і підвідних вправ. Основний сенс використання змагальних вправ в тренуванні.

Засоби та методи навчання техніці ОВС.

Ефективні засоби та методи при початковому навчанні техніці ОВС. Використання імітаційних рухів. Використання спеціальних тренажерів. Наочні методи і впровадження сучасних технологій в процес навчання техніці ОВС. Ефективні засоби та методи в процесі вдосконалення техніки ОВС.

Етапи в навчанні техніці ОВС.

Етап первинного уявлення. Етап розучування і освоєння техніки. Вміння та

навички. Передумови переходу вміння в навик. Етап вдосконалення техніки. Динамічний стереотип рухової дії в техніці: особливості утворення, позитивні і негативні сторони. Особливості становлення індивідуальних деталей техніки ОВС.

Методика виправлення помилок у техніці на початковому етапі. Засоби і методи виправлення помилок на етапі спортивного вдосконалення.

Поняття технічної майстерності та способи її оцінки. Ефективність техніки: спортивний результат або відповідність техніки індивідуальним фізичним можливостям. Шляхи вдосконалення технічної майстерності.

Тема 5. Основи спортивного тренування в ОВС.

Основи спортивного тренування

Спортивна тренування як педагогічний процес: мета, завдання, основні функції та структура. Спортивна тренування і спортивна підготовка. Загальна характеристика основних сторін, видів і різновидів спортивної підготовки. Проблема всебічної підготовки в спорті.

Навчально-тренувальні заняття як основна організаційна форма спортивної підготовки. Загальна характеристика типів, видів і різновидів навчально-тренувальних занять з ОВС. Характеристика складових компонентів структури спортивного заняття. Сутність розминки і «заминки».

Фізична підготовка

Види та зміст фізичної підготовки. Загальна і спеціальна фізична підготовка.

Загальна фізична підготовка: мета, завдання, характеристика засобів і методів.

Спеціальна фізична підготовка: мета, завдання, характеристика засобів і методів. Співвідношення загальної і спеціальної фізичної підготовки. Засоби фізичної підготовки спортсменів: принципи добору і класифікація. Проблема «перенесення» рухових навичок.

Методи фізичної підготовки: їх сутність, класифікація та особливості застосування. Оптимальний добір найбільш ефективних засобів і методів загальної та спеціальної фізичної підготовки.

Визначення «ведучої» фізичної якості спортсмена і її взаємозв'язок з іншими. Проблема переносу фізичних якостей. Структурна характеристика основної фізичної якості ОВС і визначення її видів і різновидів. Основні компоненти фізичних якостей і їх рівень в ОВС. Вікові особливості розвитку фізичних якостей в ОВС.

Технічна підготовка

Сутність і загальна характеристика «технічної підготовки». Етапи технічної підготовки. Загальні основи і принципи навчання в ОВС.

Зміст загальної технічної підготовки. Зміст спеціальної технічної підготовки. Оптимальне співвідношення загальної і спеціальної технічної підготовки.

Тактична, психологічна та теоретична підготовка.

Сутність і загальна характеристика тактичної підготовки спортсменів. Етапи становлення тактичної майстерності. Співвідношення загальної і спеціальної тактичної підготовки спортсменів. Сутність і загальна характеристика психологічної підготовки в ОВС. Основні компоненти психологічної підготовки. Проблеми вольової підготовки.

Зміст і загальна характеристика видів і різновидів теоретичної підготовки.

Тема 6. Основи працездатності та відновлення в ОВС.

Проблеми працездатності спортсмена в ОВС.

Сутність, структура і загальна характеристика працездатності. Сутність і загальна характеристика динаміки працездатності. Динаміка працездатності спортсменів і ритмічні коливання рівня фізіологічної активності його організму.

Навантаження в ОВС.

Сутність, структура і загальна характеристика спортивних навантажень. Навантаження фізичне і функціональне. Психологічне навантаження.

Принципи відповідності фізичних навантажень. Принцип відповідності психічних і функціональних навантажень. Принцип граничних навантажень. Синдром

перенавантаження. Поняття форсованих навантажень. Вікові особливості фізичних навантажень.

Відновлення в ОВС.

Відпочинок як основний компонент структури фізичного навантаження і характеристика його видів. Поєднання фізичних впливів і відпочинку.

Суб'єктивне і об'єктивне вираження втоми. Відновлення робочих потенціалів і характеристика їх видів і різновидів. Адаптація як поєднання закономірностей протікання процесів втоми і відновлення. Взаємозв'язок і взаємозалежність фізичних та функціональних навантажень.

Травми в ОВС. Ознаки перевтоми і перетренованості. Профілактика перетренованості.

Тема 7. Система багаторічної підготовки в ОВС.

Основи побудови процесу спортивної підготовки

Принципи та закономірності процесу спортивної підготовки. Сутність тренувального та змагального процесу. Сутність періодизації і циклічності. Загальна характеристика періодів та етапів процесу спортивної підготовки. Мега-, макро-, мезо-, і мікроструктури (цикли) процесу спортивної підготовки.

Сутність спортивної форми та характеристика стану оптимальної готовності спортсмена. Фази розвитку спортивної форми як закономірність побудови структур і циклів процесу спортивної підготовки.

Навчально-тренувальне заняття як основа спортивної підготовки

Навчально-тренувальні заняття як основна мікро-структура процесу побудови спортивної підготовки і їх класифікація. Загальна характеристика і особливості побудови типового тренувального заняття з ОВС.

Основи побудови структурних циклів підготовки.

Загальна характеристика та особливості побудови добових мікроструктур (циклів) процесу спортивної підготовки. Загальна характеристика та особливості побудови тижневих мікроциклів процесу спортивної підготовки. Загальна характеристика та особливості побудови місячних мезоструктур (циклів) процесу спортивної підготовки. Загальна характеристика та особливості побудови річних і піврічних макро-структур (циклів) процесу спортивної підготовки.

Мета, завдання, зміст і особливості побудови підготовчих періодів в макроструктурі процесу спортивної підготовки.

Мета, завдання, зміст і особливості побудови змагальних періодів в макроструктурі процесу спортивної підготовки.

Мета, завдання, зміст і особливості побудови перехідного періоду в макроструктурах процесу спортивної підготовки.

Олімпійський цикл в підготовці спортсменів: завдання, зміст. Проблеми планування тренувальних навантажень при побудові олімпійських макроциклів.

Науково-теоретичні основи побудови багаторічної спортивної підготовки

Загальна характеристика змісту і особливості побудови системи багаторічної спортивної підготовки. Сутність періодизації і етапності багаторічної спортивної підготовки. Основні етапи багаторічної спортивної підготовки.

Завдання і загальна характеристика підготовки юних спортсменів на етапі попередньої підготовки. Завдання і загальна характеристика підготовки спортсменів на етапі базової загальної підготовки. Завдання і загальна характеристика підготовки спортсменів на етапі базової спеціалізованої підготовки. Завдання і загальна характеристика підготовки спортсменів на етапі підготовки до вищих досягнень. Завдання і загальна характеристика підготовки спортсменів на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей та збереження вищої майстерності.

Вікові особливості етапів багаторічної спортивної підготовки та ефективні засоби та методи кожного етапу.

Тема 8. Відбір та прогнозування в ОВС.

Науково-теоретичні основи спортивного відбору.

Поняття спортивного відбору. Сутність відбору. Завдання відбору. Загальна характеристика видів і різновидів відбору в ОВС. Етапи відбору. Початковий відбір. Морфологічні критерії відбору. Методи відбору до занять ОВС. Проблема психофізіологічної схильності до занять ОВС. Проблема відбору та комплектування команди в ОВС. Проблема психо- і соматофізіологічної сумісності спортсменів. Спортивна селекція як відбір і комплектування збірних команд. Психофізіологічний клімат команди з ОВС, збірної команди.

Прогнозування в ОВС.

Сутність і загальна характеристика прогнозування і проектування спортивної підготовки. Поточний відбір і прогнозування спортивних досягнень. Терміновий та довгостроковий прогнози. Спеціальна і загальна фізична підготовка як критерії спортивного відбору і прогнозування.

Біологічний та паспортний вік спортсмена.

Тема 9. Основи науково-дослідної діяльності студентів з ОВС

Методи наукових досліджень у ОВС.

Основні напрямки наукових досліджень в ОВС. Огляд наукових досліджень у ОВС в країні, університеті, на кафедрі. Перспективи НДР. Методи дослідження в ОВС. Педагогічні методи дослідження. Фізіологічні та біомеханічні методи дослідження.

Методика написання та оформлення курсової роботи з ОВС.

Вибір та обґрунтування теми роботи. Відповідність теми роботи поставленим завданням. Підбір літератури та робота над нею. Вибір завдань та методів вдосконалення. Обробка отриманих результатів. Архітектоніка написання курсової роботи.

4. Завдання курсу.

У результаті вивчення курсу «Теорія та методика викладання обраного виду спорту» студенти повинні

знати:

- теоретичний матеріал, розглянутий на заняттях;
- теоретичний матеріал, винесений на самостійне засвоєння;
- організацію змагань, методіку проведення та правила змагань з ОВС;
- історію виникнення та розвитку ОВС;
- біомеханічні та динамічні основи техніки ОВС;
- методіку навчання руховим діям в ОВС;
- основи спортивного тренування в ОВС;
- основи працездатності та відновлення в ОВС;
- систему багаторічної спортивної підготовки в ОВС;
- науково-теоретичні основи спортивного відбору та прогнозування результатів в ОВС;
- основи науково-дослідницької діяльності в ОВС;

вміти:

- брати участь у змаганнях з ОВС; виконувати обов'язки організатора змагань, судді, представника команди;
- технічно вірно виконувати рухові дії спортивної спеціалізації в умовах навчально-тренувальних занять та змагань;
- навчити техніці вправ з ОВС: добрати оптимальні методи та засоби навчання; визначити та виправити помилки в техніці;
- добирати ефективні та раціональні методи та засоби спортивної підготовки для різних контингентів спортсменів;
- раціонально варіювати навантаженнями та відпочинком в процесі спортивної підготовки; добирати оптимальні засоби відновлення після навантажень;

- складати тренувальні плани мікро-, мезо- та макроциклів для різних етапів підготовки в обраному виді спорту;
- застосовувати доцільні методи відбору дітей до занять ОВС, прогнозування результатів та відбору спортсменів до збірних команд.

5. Статус у навчальному плані.

Нормативний курс із циклу професійних компетентностей.

6. Лектор: кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри фізичної культури та спорту, Заслужений тренер України, Майстер спорту СРСР Тупеев Ю.В.

7. Форми і методи навчання: Лекційні та практичні заняття з використанням традиційних методів, комп'ютерної техніки; індивідуальна робота, самостійна робота.

8. Форми організації контролю знань та система оцінювання.

Поточний контроль здійснюється у вигляді опитувань, контрольних робіт, теоретичних та практичних тестувань, складання технічних та техніко-фізичних нормативів. Залікові бали студенти накопичують під час на заняттях та під час поточного контролю, що регламентується робочою програмою з дисципліни «Теорія та методика викладання обраного виду спорту».

Підсумковий контроль у формі курсової роботи здійснюється у вигляді захисту представленої роботи комісії факультету.

Підсумкова атестація відбувається у формі усного екзамену, що складається атестаційної комісії факультету.

Для оцінювання використовується національна чотирибальна шкала: відмінно, добре, задовільно, незадовільно; європейська шкала: А, В, С, D, E, FХ.

9. Мова викладання: українська

20. ПІДВИЩЕННЯ СПОРТИВНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ

1. Ідентифікація

Шифр: 2.1.1.	Характеристика навчального курсу
<p><i>Кількість кредитів відповідних ECTS: 21</i></p> <p><i>Загальна кількість годин: 630 год.</i></p> <p><i>Тижневих годин: – 4 год.</i></p>	<p>Варіативна навчальна дисципліна за вибором навчального закладу</p> <p>Курс: I,II,III IV</p> <p>Семестр: 1,2,3,4,5,6,7</p> <p>Лекції: -</p> <p>Практичні заняття: 420</p> <p>Самостійна робота: 210</p> <p>Вид контролю: 1,2,3,4,5,6,7 с. -залік</p>

2. Мета курсу: Метою викладання навчальної дисципліни «Підвищення спортивної майстерності з обраного виду спорту» є суттєве посилення професійної підготовки студентів на моделі дисципліни «Обраний вид спорту та методика його викладання», включеної до навчального плану факультету фізичної культури та спорту, у програму з фізичного виховання для загальноосвітніх навчальних закладів, програми ДЮСШ, а також підвищення рівня спортивної підготовленості студентів з цієї дисципліни.

3. Опис курсу.

Тема 1. Історія, сучасне становище та перспективи розвитку обраного виду спорту в світі та в Україні

- Історія розвитку обраного виду спорту.
- Виникнення та розвиток обраного виду спорту в світі та на Україні. Еволюція техніки, правил змагань, тактики. Найвидатніші спортсмени в світі та в Україні.
- Сучасний стан обраного виду спорту в світі та в Україні.
- Останні події в обраному виді спорту в світі та Україні.
- Перспективи розвитку обраного виду спорту.

- Науково-технічний та науково-методичний прогрес в обраному виді спорту. Перспектива розвитку обраного виду спорту.

Тема 2. Техніка безпеки під час проведення навчально-тренувальних занять та змагань з обраного виду спорту

- Техніка безпеки під час проведення навчально-тренувальних занять та змагань з обраного виду спорту.

- Вимоги техніки безпеки в обраному виді спорту. Контроль за станом місця для занять, обладнання та інвентарю. Організація страховки та допомоги під час розучування та виконання вправ, навчання самостраховці. Медичний контроль, особиста гігієна, режим дня, харчування спортсмена.

Тема 3. Принципи, методи та засоби спортивної підготовки в обраному виді спорту

- Складові процесу спортивної підготовки в обраному виді. Тренування як головна складова процесу спортивної підготовки. Принципи спортивної підготовки. Засоби та методи спортивної підготовки в обраному виді спорту.

Тема 4. Фізична підготовка у обраному виді спорту

- Загальна фізична підготовка.

- Задачі, засоби, методи загальної фізичної підготовки. Динаміка питомої ваги ЗФП протягом тренувального процесу.

- Спеціальна фізична підготовка.

- Задачі, засоби, методи спеціальної фізичної підготовки. Динаміка питомої ваги СФП протягом тренувального процесу.

- Тестування рівню фізичної підготовленості.

- Задачі, засоби, методи тестування.

- Критерії оцінки фізичної підготовленості.

- Методи добору критеріїв оцінки фізичної підготовленості спортсмена. Специфіка фізичної підготовки в обраному виді в залежності від спортивної спеціалізації / амплуа.

Тема 5. Технічна підготовка у обраному виді спорту

- Технічна підготовка в обраному виді спорту.

- Закономірності формування рухової навички. Задачі, засоби, методи технічної підготовки. Індивідуалізація технічної підготовки.

- Тестування рівню технічної підготовленості.

- Задачі, засоби, методи тестування.

- Критерії оцінки технічної підготовленості.

- Методи добору критеріїв оцінки технічної підготовленості спортсмена. Специфіка технічної підготовки в обраному виді в залежності від спортивної спеціалізації / амплуа.

Тема 6. Психічна, тактична та теоретична підготовка у обраному виді обраного виду спорту

- Психічна підготовка.

- Значення формування особистості спортсмена; задачі, засоби, методи; психічні якості в структурі змагальної діяльності.

- Тактична підготовка.

- Задачі, засоби, методи; зв'язок тактичної підготовки із змагальною діяльністю; критерії оцінки тактичної майстерності.

- Теоретична підготовка.

- Задачі, засоби та методи теоретичної підготовки на всіх рівнях багаторічного процесу спортивної підготовки; загальні та спеціальні питання теоретичної підготовки.

- Інтегральна підготовка.

- Інтегральна підготовка як поєднання всіх компонентів тренувального процесу та змагальної діяльності.

Тема 7. Тренувальні та змагальні навантаження в обраному виді спорту

- Тренувальні навантаження в обраному виді спорту. Характеристика тренувальних навантажень; поняття про потужність тренувальної роботи. Обсяг та інтенсивність навантажень, їх види та взаємозв'язок. Відпочинок під час тренувального заняття, його тривалість та характер.

- Змагальні навантаження в обраному виді спорту.

- Характеристика змагальних навантажень; припустимі норми змагальної діяльності.

- Зв'язок тренувальних та змагальних навантажень в процесі спортивної підготовки.

Тема 8. Система багаторічної підготовки у обраному виді спорту:

- Багаторічне планування спортивної підготовки.

- Мета та компоненти структури багаторічної спортивної підготовки в обраному виді спорту, їх взаємозв'язок. Етапи багаторічної підготовки; мета, задачі та специфіка кожного етапу.

- Планування тренувальних та змагальних навантажень у річному циклі підготовки.

- Періодизація річного циклу підготовки.

- Типи мікроциклів та блоків підготовки.

- Типи циклів та блоків підготовки в залежності від задач, етапів підготовки, характеру тренувальних навантажень.

- Комплексний контроль як функція керування; зміст комплексного контролю; педагогічні та медико-біологічні засоби та методи контролю.

- Інформаційні документи тренера та спортсмена, їх аналіз та узагальнення.

Тема 9. Основи змагальної діяльності в обраному виді спорту

- Характеристика змагальної діяльності (ЗД) в обраному виді спорту.

- Роль та місце ЗД у системі спортивної підготовки в обраному виді спорту. Характер, обсяг та інтенсивність змагальних навантажень для спортсменів різних вікових груп.

- Фактори, що визначають ефективність ЗД в обраному виді спорту.

- Участь у змаганнях з обраного виду спорту;

Тема 10. Спортивна орієнтація та відбір в обраному виді спорту:

- Анатомо-фізіологічні особливості дітей стосовно занять обраним видом спорту.

- Анатомічні, морфо функціональні та антропометричні фактори, що впливають на результат у обраному виді спорту.

- Спортивна орієнтація та відбір до занять обраним видом спорту.

- Поняття «спортивна орієнтація» та «відбір»; етапи відбору. Попередній відбір для занять обраним видом спорту: показники, задачі, методи, організація. Поглиблений відбір з диференціацією спортсменів за спеціалізацією / амплуа обраного виду спорту; поняття „темп приросту” результатів. Відбір у збірні команди та для участі у змаганнях: впливові фактори, методи, організація.

Тема 11. Особливості підготовки спортсменів різної кваліфікації у обраному виді спорту

- Групи початкової підготовки.

- Особливості роботи з початківцями та спортсменами масових розрядів в юнацькому віці; задачі та організація; поняття «форсована підготовка».

- Групи загальної та спеціальної базової підготовки.

- Підготовка спортивного резерву; особливості підготовки юнацьких та молодіжних збірних команд.

- Групи підготовки до вищих досягнень.

- Підготовка спортсменів вищих розрядів; задачі та організація роботи; особливості підготовки збірних команд; специфіка тренувального процесу під час тренувальних зборів.

Тема 12. Обраний вид спорту в спеціалізованих та загальноосвітніх навчальних закладах, таборах відпочинку, за місцем проживання

- Секційна робота в освітніх навчальних закладах.

- Спортивні секції у середніх та вищих освітніх закладах: комплектування груп та організація занять. Структура та різновиди навчально-тренувальних занять.
- Навчально-тренувальна робота у спеціалізованих спортивних навчальних закладах.
- Особливості тренувальної роботи в ДЮСШ, ШВСМ, ШСПІ, ВУФК, спеціалізованих класах з виду спорту.
- Лікарняно-педагогічний контроль.
- Лікарняно-педагогічний контроль під час занять та змагань, профілактика травматизму.
- Навчально-тренувальна робота з обраного виду спорту у ДЮЗ та СОТ.
- Специфіка навчально-тренувальних занять у літніх дитячих таборах відпочинку: задачі, форми, засоби, методи.
- Навчально-тренувальна робота з обраного виду спорту із дорослим населенням.
- Обраний вид спорту в масовій фізкультурно-спортивній роботі: заняття у виробничих колективах, за місцями проживання та відпочинку; зміст, організація та форми роботи.
- Критерії оцінки якості роботи тренера-викладача та інструктора-організатора.

Тема 13. Засоби відновлювання у обраному виді спорту:

- Взаємозв'язок тренувальних навантажень з процесами відновлення.
- Визначення понять «стомленість» та «відновлення». Визначення фаз відновлювання; характеристика фази «суперкомпенсації». Диференціювання тренувальних навантажень в залежності від протікання процесів відновлювання в організмі спортсмена.
- Класифікація засобів відновлювання.
- Класифікація засобів відновлювання – педагогічних, психологічних, гігієнічних, медико-біологічних, фармакологічних. Заборонені фармакологічні засоби та їх вплив на організм спортсмена.
- Специфіка харчування спортсмена стосовно до обраного виду спорту та спортивної спеціалізації;
- Типові спортивні травми в обраному виді спорту, їх профілактика та попередження.

Тема 14. Організація, проведення та суддівство змагань з обраного виду спорту.

- Змагання з обраного виду спорту.
- Організація, проведення та суддівство змагань з обраного виду спорту.
- Організація, підготовка та проведення змагань: заявка на участь у змаганнях; нез'явлення учасника. Вимоги до учасників змагань: форма, взуття, номери учасників; індивідуальний інвентар.
- Обладнання місць змагань з обраного виду спорту: гігієнічні вимоги, вимоги техніки безпеки.
- Правила змагань. Функціональні обов'язки суддів.
- Суддівство змагань: суддівська колегія, її склад та обов'язки. Волонтерське забезпечення змагань.

Тема 15. Науково-дослідницька та методична робота в обраному виді спорту

- Науково-дослідницька та методична робота в обраному виді спорту.
- Роль науки у підвищенні ефективності процесу спортивної підготовки. Задачі та зміст науково-дослідницької роботи студентів з обраного виду спорту. Основні напрями наукових досліджень та методичних робіт в обраному виді спорту: актуальні проблеми підготовки спортсменів, дослідження в галузі техніки, тактики, методики підготовки, добору та структурі тренувальних та змагальних навантажень.
- Методи наукових досліджень в обраному виді спорту: спостереження, експеримент, хронометрія, тестування, тощо; методи обробки отриманих даних.
- Підготовка курсової роботи з обраного виду спорту.
- Курсові роботи: вимоги, зміст, структура, методика підготовки роботи та її захисту.

Тема 16. Навчальна практика

- Суддівство змагань з обраного виду спорту.
- Участь в організації, проведенні та суддівстві змагань з обраного виду спорту.
- Проведення навчально-тренувальних занять з обраного виду спорту.

- Принципи добору та методи проведення вправ, що входять у підготовчу частину навчально-тренувального заняття. Принципи добору та методи проведення вправ, що входять у основну частину навчально-тренувального заняття. Принципи добору та методи проведення вправ, що входять у заключну частину навчально-тренувального заняття.
- Проведення окремих вправ, окремих частин та цілісного навчально-тренувального заняття з групами різної кваліфікації та спеціалізації, з урахуванням специфіки періодизації тренувального циклу.

4. Завдання курсу.

У результаті вивчення курсу «Підвищення спортивної майстерності» студенти повинні

- знань:

- історії, сучасного становища та перспектив розвитку обраного виду спорту в світі та Україні;
- техніки безпеки під час проведення навчально-тренувальних занять та змагань з обраного виду спорту;
- принципів, методів та засобів спортивної підготовки в обраному виді спорту;
- основ змагальної діяльності в видах спорту;
- специфіки занять видів спорту у секціях ЗОШ та групах ДЮСШ;
- методи та засоби відновлювання фізичного та психічного стану спортсмена;
- правил змагань з обраного виду спорту та методики суддівства в різних видах спорту;
- основи науково-дослідницької діяльності у фізичній культурі та спорті.

- вмінь та навичок:

- змагатися у обраному виді спорту, показуючи відповідний до своєї кваліфікації результат;
- скласти особистий план тренувального мезоциклу відповідно до кваліфікації, спортивної спеціалізації та періоду підготовки;
- провести навчально-тренувальні заняття з видів спорту у секціях освітніх навчальних закладів або групах початкової підготовки ДЮСШ за завданням тренера;
- виконувати обов'язки судді III категорії з обраного виду спорту.

5. Статус у навчальному плані.

Варіативна навчальна дисципліна за вибором навчального закладу.

6. Лектор:

7. **Форми і методи навчання:** Практичні заняття з використанням традиційних методів, комп'ютерної техніки; індивідуальна робота, самостійна робота.

8. **Форми організації контролю знань та система оцінювання.**

Поточний контроль здійснюється у вигляді опитувань, контрольних робіт, теоретичних та практичних тестувань, складання технічних та техніко-фізичних нормативів. Залікові бали студенти накопичують на заняттях та під час поточного контролю, що регламентується робочою програмою з дисципліни «підвищення спортивної майстерності».

Підсумкова атестація відбувається у формі заліку.

Для оцінювання використовується національна чотирибальна шкала: відмінно, добре, задовільно, незадовільно; європейська шкала: А, В, С, D, E, FX.

9. **Мова викладання:** українська

21. НОВІ ТЕХНОЛОГІЇ У ФІЗИЧНОМУ ВИХОВАННІ ТА СПОРТУ

1. Ідентифікація

Шифр: 2.1.2.	Характеристика навчального курсу
--------------	----------------------------------

<p><i>Кількість кредитів відповідних ECTS: 3</i> <i>Загальна кількість годин: 90 год.</i> <i>Тижневих годин: – 2 год.</i></p>	<p>Варіативна навчальна дисципліна за вибором навчального закладу Курс: IV Семестр: 8 Лекції: - 10 Практичні заняття: 20 Самостійна робота: 60 Вид контролю: екзамен</p>
---	--

2. Мета курсу: . Метою вивчення дисципліни «Нові технології у фізичному вихованні та спорті» - формування професійних, організаційних і методичних знань, вмінь та навичок при проведенні фізкультурно-оздоровчої роботи з використанням нових технологій у фізичному вихованні.

3. Опис курсу.

Кредит 1. Теоретико-методичні основи фізкультурно - оздоровчої діяльності

Тема 1. Вступ до курсу «Нові технології у фізичному вихованні та спорті».

Тема 2. Класифікація, структура і зміст фітнес-програм як форми рухової активності.

Кредит 2. Оздоровчі технології фізичного розвитку.

Тема 1. Сучасні та оздоровчі технології фізичного розвитку.

Тема 2. Оздоровчі технології загартування .

Тема 3. Оздоровчі технології очищення організму

Кредит 3. Основні форми фізкультурно-оздоровчої діяльності

Тема 1. Технології психоемоційного оздоровлення.

Тема 2. Технологія оздоровчого дихання.

4. Завдання курсу.

У результаті вивчення дисципліни студент повинен:

знати:

- сучасний стан і основні тенденції розвитку освіти;
- теоретичні основи організації науково-дослідної діяльності в сфері освіти;
- структуру й функції освітніх проектів;
- функції й види моніторингу в сфері освіти;
- зміст та форми організації різних видів оздоровчих технологій.

уміти:

- адаптувати сучасні досягнення науки й наукомістких технологій до освітнього процесу;
- оцінювати інноваційні освітні проекти з погляду їхньої ефективності;
- порівнювати функціональні можливості різних систем оцінки якості освіти;
- вирішувати завдання щодо виконання наукових досліджень і використання їх результатів з метою підвищення ефективності процесу спортивного тренування;
- використовувати сучасні засоби й методи фізичної культури й спорту для підвищення ефективності процесу тренування;
- оцінювати сучасні технології спортивного тренування для забезпечення якості підготовки спортивних резервів у юнацькому спорті;
- сформулювати практичні навички проведення фізкультурно-оздоровчих занять та масових фізкультурно-спортивних заходів за допомогою сучасних, нових технологій у фізичному вихованні та спорті.

володіти:

- способами осмислення й критичного аналізу наукової інформації;
 - навичками вдосконалювання й розвитку свого наукового потенціалу;
 - основними процедурами комплексно-цільового проектування в освіті;
 - володіти основами проектування шляхів розвитку процесу підготовки спортсмена;
 - методами планування професійної діяльності в умовах глобалізації спорту;
- науковими знаннями в області фізичної культури й спортивного тренування.

5. Статус у навчальному плані.

Варіативна навчальна дисципліна за вибором навчального закладу

6. Лектор: - кандидат педагогічних наук Адаменко О.О.

7. Форми і методи навчання: Лекційні та практичні заняття з використанням традиційних методів, інтерактивних методик та комп'ютерної техніки, індивідуальна робота, самостійна робота.

8. Форми організації контролю знань та система оцінювання.

Поточний та підсумковий контроль здійснюється у вигляді комп'ютерних тестів на освітньому просторі університету.

Для оцінювання використовується національна чотирибальна шкала: відмінно, добре, задовільно, незадовільно; європейська шкала: А, В, С, D, E, FX.

60% балів студенти накопичують на заняттях та під час поточного контролю, що регламентується робочою програмою викладача, 40% балів студенти набирають на іспиті.

9. Мова викладання: українська

22. ТАБІРНИЙ ЗБІР**1. Ідентифікація**

Шифр: 2.1.3.	Характеристика навчального курсу
<p><i>Кількість кредитів відповідних ECTS: 3</i></p> <p><i>Загальна кількість годин: 90 год.</i></p> <p><i>Тижневих годин: – 44 год.</i></p>	<p>Варіативна навчальна дисципліна за вибором навчального закладу</p> <p>Курс: III</p> <p>Семестр: 6</p> <p>Лекції: -</p> <p>Практичні заняття: 44</p> <p>Самостійна робота: 46</p> <p>Вид контролю: залік</p>

2. Мета курсу: Метою вивчення навчальної дисципліни «Табірний збір з легкої атлетики та плавання» є професійна підготовка студентів до практичної діяльності в якості тренера з обраного виду спорту в спеціальних спортивних учбових закладах, керівника спортивної секції в ЗОШ та керівника фізичного виховання в умовах ДОТ та СОТ.

3. Опис курсу.

Тема 1. Види легкої атлетики, спрямовані на розвиток витривалості.

Спортивна ходьба

Історія виникнення та розвитку спортивної ходьби в світі та в Україні. Аналіз техніки спортивної ходьби. Методика навчання техніці спортивної ходьби.

Правила змагань зі спортивної ходьби та методика суддівства.

Біг на середні, довгі, наддовгі дистанції.

Історія розвитку бігу на середні та довгі дистанції, марафонського бігу: зростання рекордів, найвидатніші бігуни світу, України та Миколаївщини. Техніка бігу на витривалість. Старт в бігу на витривалість. Тактика бігу.

Кросовий біг.

Техніка кросового бігу в залежності від умов траси. Техніка долаття природних та штучних перешкод в кросі.

Тема 2. Горизонтальні стрибки.

Потрійний стрибок з розбігу.

Історична довідка про стрибки у довжину та потрійним; еволюція техніки та динаміка результатів. Потрійний стрибок: ознайомлення, опробування. «Скачок», «крок»; сполучення «скачок-стрибок», «крок-стрибок». Потрійний стрибок в цілому з короткого розбігу. Розбіг у потрійному стрибку. Потрійний стрибок з розбігу в цілому. Удосконалення техніки стрибка.

Організація змагань з горизонтальних стрибків. Правила змагань; склад та обов'язки суддівської бригади. Техніка безпеки під час тренувань та змагань у горизонтальних стрибках.

Тема 3. Короткі метання.

Штовхання ядра.

Штовхання ядра: історична довідка про штовхання ядра. Еволюція техніки та динаміка результатів. Тримання та випуск ядра. Фінальне зусилля. Техніка скачку в штовханні ядра. Збереження рівноваги після кидка. Обладнання сектору для штовхання ядра; організація та правила змагань.

Техніка безпеки під час занять та змагань зі штовхання ядра.

Тема 4. Пляжний волейбол.

Історичний нарис розвитку пляжного волейболу за кордоном та в Україні.

Історія виникнення та розвитку пляжного волейболу за кордоном. Історія вітчизняного пляжного волейболу та розвиток пляжного волейболу на сучасному етапі в Україні. Різновиди волейболу. Еволюція правил змагань. Хроніка змагань.

Техніка гри пляжний волейбол.

Аналіз техніки та методика навчання стійкам та переміщенням. Аналіз техніки та методика навчання передачі м'яча зверху. Аналіз техніки та методика навчання передачі м'яча знизу. Аналіз техніки та методика навчання подачам м'яча. Аналіз техніки та методика навчання нападаючим ударам. Аналіз техніки та методика навчання блокуванню.

Тактика гри пляжний волейбол.

Аналіз та методика навчання командним діям в нападі. Аналіз та методика навчання командним діям в захисті.

Фізична підготовка у пляжному волейболі.

Загальна фізична підготовка у пляжному волейболі. Розвиток фізичних якостей у пляжному волейболі. Спеціальна фізична підготовка у пляжному волейболі.

Організація і проведення змагань з пляжного волейболу.

Положення про змагання. Системи розіграшу. Виявлення переможців змагань. Правила змагань з пляжного волейболу. Суддівство.

Тема 5. Навчальна практика.

Проведення навчально-тренувальних занять з легкої атлетики та пляжного волейболу в умовах спортивно-оздоровчого табору, дитячого табору відпочинку, табірної збору

Шиккування групи; складання рапорту; подавання стройових команд; забезпечення інвентарем та підготовка місць занять.

Проведення навчально-тренувального заняття для дітей молодшого та середнього шкільного віку в умовах ДОТ та СОТ; детальний аналіз учбової практики студентів;

4. Завдання курсу.

У результаті вивчення курсу студенти повинні:

Знати:

- історію розвитку видів спорту, що вивчаються на табірному зборі;
- основи техніки видів спорту, які вивчаються під час перебування студентів на табірних зборах;
- методичку навчання техніці вправ та рухових дій видів спорту, що вивчаються, в умовах оздоровчо-спортивного табору;
- технологію організації та зміст занять з видів спорту, що вивчаються, у дитячих спортивно-оздоровчих таборах;
- технологію організації, проведення та суддівства змагань з видів спорту, що вивчаються, в умовах спортивно-оздоровчого табору, правила змагань.

Уміти:

- технічно вірно виконувати всі вивчені вправи та рухові дії, показуючи при цьому результати, що відповідають програмним вимогам до рівня навчальних досягнень;
- провести навчально-тренувальне заняття для дітей з видів спорту, що вивчаються,, відповідно до віку дітей, ступеню їх підготовленості та умов перебування у спортивно-оздоровчому таборі;
- організувати та провести змагання з видів спорту, що вивчаються, у дитячому спортивно-оздоровчому таборі; виконувати обов'язки судді.

Володіти:

- способами знаходження, осмислення й критичного аналізу наукової інформації в галузі фізичного виховання та спорту для творчого та креативного вирішування педагогічних завдань;
- методикою застосування в практичній діяльності професійних теоретичних знань в галузі фізичної культури та спорту;
- методикою планування навчально-тренувальних занять з урахуванням віку, статі, рівня фізичної підготовленості дітей в умовах спортивно-оздоровчого табору;
- методами організації, навчання та виховання в умовах спортивно-оздоровчого табору;

5. Статус у навчальному плані.

Варіативна навчальна дисципліна за вибором навчального закладу

6. Лектор: -

7. Форми і методи навчання:

Практичні заняття з використанням традиційних методів; індивідуальна робота, самостійна робота.

8. Форми організації контролю знань та система оцінювання. Поточний та підсумковий контроль здійснюється у вигляді опитувань, контрольних робіт, контрольних нормативів техніко-фізичної підготовленості, оцінювання навчальної практики.

Для оцінювання використовується національна чотирибальна шкала: відмінно, добре, задовільно, незадовільно; європейська шкала: А, В, С, D, E, FX.

9. Мова викладання: українськ

23. АКАДЕМІЧНЕ ПИСЕМНЕ МОВЛЕННЯ (ІНОЗЕМНА МОВА)

1. Ідентифікація

Шифр: 2.1.4.	Характеристика навчального курсу
<i>Кількість кредитів відповідних ECTS: 9</i> <i>Загальна кількість годин: 270 год.</i> <i>Тижневих годин: – 2 год.</i>	Варіативна навчальна дисципліна за вибором навчального закладу Курс: II, III Семестр: 3,4,5 Лекції: - Практичні заняття: 90 Самостійна робота: 180

	Вид контролю: 3,4 с. – залік 5 с. - екзамен
--	--

2. Мета курсу: формування навичок практичного володіння іноземною мовою як засобом спілкування в різних видах мовленнєвої діяльності в обсязі тематики, що обумовлена професійними потребами.

3. Опис курсу.

Тема 1. Розмовна тема: «Олімпійські ігри. Спортивна олімпіада 2016». Граматичні теми: «Перфектний подовжений вид дієслів».

Тема 2. Розмовна тема: «Гімнастика». Граматичні теми: «Дієприслівник. Герундій.

Тема 3. Розмовна тема: «Історія олімпійських ігор». Граматична тема: «Займенники».

Тема 4. Розмовна тема: Хокей. Граматична тема: . Пасивний стан дієслів.

Тема 5. Розмовна тема: Катання на ковзанах та лижах. Граматична тема: Дієслова у теперішньому, минулому та майбутньому часі пасивного стану

Тема 6. Розмовна тема: «Політична система в Україні. Граматичні теми: « Типи речень. Питальні речення. Основні члени речення. Типи присудка».

Тема 7. Розмовна тема: «Національні символи України». Граматичні теми: «Узгодження часів. Продовжений вид дієслів. Перфектний вид дієслів.

Тема 8. Розмовна тема: «Система освіти в Україні». Граматична тема: Види дієслів. Невизначений та продовжений вид дієслів».

Тема 9. Розмовна тема: « Європейські жінки вчора і сьогодні». Граматичні теми: Система часів англійського дієслова.

Тема 10. Розмовна тема: Глобальне потепління. Граматична тема:

Продовжений вид дієслів.

Тема 11. Розмовна тема: «Забруднення води». Граматична тема: Перфектний вид дієслів.

Тема 12. Розмовна тема: «Глобальне потепління». Граматична тема: Види дієслів.

Тема 13. Розмовна тема: «Перенаселення». Граматична тема: Модальні дієслова.

Тема 14. Розмовна тема: «Озонова діра». Граматична тема: Відмінки.

Тема 15. Розмовна тема: « Забруднення річок». Граматична тема: Власні та загальні іменники.

Тема 16. Розмовна тема: «Легка атлетика». Граматична тема: Функції в реченні.

Тема 17. Розмовна тема: «Важка атлетика». Граматична тема: Прості, похідні та складні іменники.

Тема 18. Розмовна тема: «Види легкої атлетики». Граматична тема: Множина та однина.

Тема 19. Розмовна тема: «Види важкої атлетики». Граматична тема: Обчислювальні та необчислювані іменники.

Тема 20. Розмовна тема: «Боротьба». Граматична тема: Особа та число дієслова.

Тема 21. Розмовна тема: «Спорт у Великій Британії» Граматична тема: Дієслово to have.

Тема 22 Розмовна тема: «Спорт в США». Граматична тема: Конструкція to be going to.

Тема 23. Розмовна тема: «Спорт в Австралії». Граматична тема: Прикметник в англійській мові.

Тема 24. Розмовна тема: «Спорт в Україні» . Граматична тема: Ступені порівняння прикметників.

Тема 25. Розмовна тема: «Спорт в Європі». Граматична тема: Перехід у інші частини мови.

Тема 26. Розмовна тема: «Моє ставлення до спорту». Граматична тема: Англійські числівники.

Тема 27. Розмовна тема «Мій улюблений вид спорту». Граматична тема: Кількісні числівники.

Тема 28. Розмовна тема: «Видатні спортсмени України». Граматична тема: Порядкові числівники.

Тема 29. Розмовна тема: «Спорт – моє життя». Граматична тема: Числівники від 1 до 100.

Тема 30. Розмовна тема: «Моя майбутня професія». Граматична тема: Перехід до розряду іменників.

4. Завдання курсу.

У результаті вивчення курсу студенти повинні:

знати:

- лексичний матеріал, що включає в себе розмовні теми, основані на текстах підручників і навчальних посібників, діалоги і питання до яких спрямовані на розвиток вмінь та навичок з усного розмовного мовлення;
- граматичний матеріал з метою забезпечення вмінь та навичок писемного мовлення;
- фонетичний матеріал для вдосконалення вимови англійських звуків та інтонації англійського речення.

уміти:

- розуміти різноманітні тексти і розкривати інформацію, що міститься в них;
- висловлюватись вільно і спонтанно, не відчуваючи браку мовних засобів для вираження думки;
- ефективно і гнучко використовувати французьку мову в різноманітних ситуаціях соціального, навчально-академічного та професійного спілкування;
- висловлюватись з необхідним ступенем деталізованості

5. Статус у навчальному плані.

Варіативна навчальна дисципліна за вибором навчального закладу.

6. Лектор: ст. викладач, доктор філософії в галузі гуманітарних наук Майстренко Л.В.

7. Форми і методи навчання: Практичні заняття з використанням традиційних методів, індивідуальна робота, самостійна робота.

8. Форми організації контролю знань та система оцінювання. Поточний та підсумковий контроль здійснюється у вигляді комп'ютерних тестів на освітньому просторі університету.

Для оцінювання використовується національна чотирибальна шкала: відмінно, добре, задовільно, незадовільно; європейська шкала: А, В, С, D, E, FX.

60% балів студенти накопичують на заняттях та під час поточного контролю, що регламентується робочою програмою викладача, 40% балів студенти набирають на іспиті.

9. Мова викладання: англійська.

24. Основи педагогічної майстерності тренера

1. Ідентифікація

Шифр. 2.2.6.	Характеристика навчального курсу
<i>Кількість кредитів відповідних ECTS: 3</i> <i>Загальна кількість годин: 90 год.</i> <i>Тижневих годин: 2</i>	Варіативна навчальна дисципліна вільного вибору студентів Курс: 4 Семестр: 7 Лекції: 10 год. Практичні заняття: 20 год. Самостійна робота: 60 год. Вид контролю: екзамен

2. Мета курсу: викладання дисципліни «Основи педагогічної майстерності тренера» є формування у студентів конкретних знань та умінь, необхідних для успішної практичної діяльності тренера-викладача.

3. Опис курсу.

Кредит 1. Особливості педагогічної діяльності тренера в процесі роботи зі спортсменами.

Тема 1. Критерії педагогічної майстерності і передумови підвищення ефективності діяльності тренера.

Складники професійної майстерності та структура діяльності тренера.

Критерії педагогічної майстерності. Вимоги до діяльності тренера .

Тема 2. Функціональні обов'язки тренера.

Загально педагогічні функції. Специфічні функції тренера.

Тема 3. Структура діяльності тренера.

Компоненти діяльності тренера : проектувальний, конструктивний, організаторський, комунікативний і гностичний.

Кредит 2. Індивідуалізація педагогічного процесу в роботі тренера.

Тема 1. Індивідуальний підхід у навчанні і вихованні юних спортсменів.

Індивідуальний підхід у навчанні як захід педагогічного впливу. Розвиток спортивної активності з урахуванням індивідуальності спортсмена.

Тема 2. Модель індивідуалізації виховання юного спортсмена .

Виховання здорового способу життя юного спортсмена . Виховання морально-вольових якостей.

Тема 3. Вдосконалення фізичних якостей спортсмена.

Організація тренувального процесу. Підготовка спортсмена до змагань. Основи психічної підготовки і психофізіологічну діагностику спортивних здібностей.

Кредит 3. Рівень майстерності тренера і вміння управляти колективом.

Тема 1. Педагогічні здібності тренера, їх значення і зміст.

Роль тренера в підготовці спортсмена. Педагогічні здібності тренера. Згальні ознаки професіоналізму тренера.

Тема 2. Особисті якості тренера-викладача.

Тренер-як керівник навчально-тренувального процесу. Особистість тренера. Тренування як творчій процес.

Тема 3. Стилi педагогічного керівництва тренера.

Педагогічна система "тренер-спортивний колектив". Особливості спілкування з колегами, спортсменами, суддями. Особливості спілкування з батьками.

4. Завдання курсу:

У результаті вивчення курсу студенти повинні:

знати:

- складники професійної майстерності тренера;
- структуру діяльності тренера;
- критерії педагогічної майстерності тренера;
- вимоги до діяльності тренера;
- функціональні обов'язки тренера;
- компоненти діяльності тренера;
- педагогічні здібності тренера, їх значення і зміст;
- роль тренера в підготовці спортсмена;
- особисті якості тренера-викладача.

вміти:

- реалізовувати державні і регіональні програми з фізичного виховання таспорту вищих досягнень;
- планувати та проводити учбово-навчальні заняття із обраного виду спорту;
- використовувати сучасні технології навчання руховими діями та розвитку рухових здібностей юних спортсменів з урахуванням індивідуальних можливостей;
- враховувати індивідуальний підхід у навчанні і вихованні юних спортсменів;
- використовувати фізичні вправи з метою оздоровлення дітей;

- розробити модель індивідуалізації виховання юного спортсмена .
- налагоджувати взаємовідносини з тренерами, спортсменами, чиновниками, суддями і ті.

5. Статус у навчальному плані.

Варіативна навчальна дисципліна вільного вибору студентів

6. Лектор: Бірюк Світлана Валеріївна, доцент, кандидат наук з фізичного виховання і спорту,

7. Форми і методи навчання: Лекційні та практичні заняття з використанням традиційних методів, інтерактивних методик та комп'ютерної техніки, самостійна робота.

8. Форми організації контролю знань та система оцінювання.

100% балів студент накопичує на заняттях та під час поточного і підсумкового контролю, що регламентується робочою програмою викладача.

Для оцінювання використовується національна чотирибальна шкала: відмінно, добре, задовільно, незадовільно; європейська шкала: А, В, С, D, E, FX.

Перевірка, оцінювання і облік успішності студентів здійснюється у формі усного опитування та письмового (тестового) контролю на практичних заняттях.

60% балів студенти накопичують на заняттях та під час поточного контролю, що регламентується робочою програмою викладача, 40% балів студенти набирають на іспиті.

9. Мова викладання: українська

25. Методи відновлення працездатності у фізичній культурі і спорті

1. Ідентифікація

Шифр. 2.2.7.	Характеристика навчального курсу
<p><i>Кількість кредитів відповідних ECTS:3</i></p> <p><i>Загальна кількість годин: 90 год.</i></p> <p><i>Тижневих годин: 2</i></p>	<p>Варіативна навчальна дисципліна вільного вибору студентів</p> <p>Курс: 3</p> <p>Семестр: 5</p> <p>Лекції: 10 год.</p> <p>Лабораторні заняття: 20 год.</p> <p>Самостійна робота: 60 год.</p> <p>Вид контролю: залік</p>

2. Мета курсу: підготовка студентів до практичної діяльності в якості фахівця в галузі фізичної культури та спорту.

3. Опис курсу.

Кредит 1. Актуальні проблеми відновлення працездатності в спортивній діяльності.

Педагогічні засоби відновлення в спорті.

Тема 1. Поняття працездатності в спорті.

Компоненти спортивної працездатності. Алактатна працездатність. Лактатна працездатність. Аеробна працездатність. Специфічність спортивної працездатності. Вікові особливості працездатності. Біохімічні та педагогічні методи розвитку компонентів працездатності.

Тема 2. Науково-практичні аспекти застосування засобів відновлення.

Роль засобів та методів відновлення та підвищення працездатності в тренувальному процесі спортсменів у сучасному спорті. Основні завдання та методи їх вирішення

Тема 3. Стомлення та його наслідки.

Причини й характеристика втоми, що виникає після різних фізичних навантажень. Перевтома та перетренованість. Фізіологія та біохімія відновлення.

Тема 4. Фізіологічне обґрунтування засобів відновлення та їх спрямованість.

Фізіологічні та біохімічні маркери втоми і відновлення. Фізіологічні методи діагностики.

Медичні та біохімічні маркери діагностики втоми і відновлення.

Тема 5. Сполучення навантажень. Механізм впливу активного відпочинку.

Комплексне використання різних засобів відновлення у спорті. Поєднання різних засобів відновлення з урахуванням специфіки виду спорту. Відновлення у легкій атлетиці. Відновлення спортсменів - стрільців.

Тема 6. Раціональна побудова тренувального заняття. Розподіл навантажень за структурними одиницями річного циклу підготовки.

Раціональне планування тренувального процесу з урахуванням етапу підготовки, умов тренувань і змагань, статі і віку спортсменів, їх функціонального стану. Оптимальна організація та програмування тренувань в макро-, мезо- та мікроциклах, що забезпечують раціональне співвідношення різних видів, спрямованості та характеру тренувальних навантажень і їх динамічний розвиток.

Кредит 2. Гігієнічні засоби відновлення організму

Тема 1. Раціональне харчування спортсмена.

Основи раціонального харчування. Потреби організму у різних поживних речовинах під час фізичного навантаження. Значення вуглеводів у відновленні працездатності спортсменів. Жири у відновленні працездатності.

Значення білків у відновленні працездатності спортсменів. Мінеральні речовини у харчуванні. Особливості харчування спортсменів на дистанції, під час штучного зниження ваги та за різних умов навколишнього середовища.

Тема 2. Загартування як фактор підвищення працездатності.

Використання природних факторів для загартування організму спортсменів. Сонячне, водне та повітряне загартування. Підвищення специфічного та неспецифічного імунітету спортсменів.

Тема 3. Гігієнічні умови тренувань, режим дня спортсмена.

Гігієнічні засоби при підготовці спортсменів для оптимізації тренувального процесу, прискорення відновлення, попередження втоми і підвищення працездатності фізіологічно виправдані і принципово відмінні від стимулюючих допінгових впливів.

Кредит 3. Медико-біологічні засоби відновлення працездатності спортсмена. Заборонені фармакологічні препарати та медичні маніпуляції (допінг).

Тема 1. Фармакологічні засоби профілактики перевтомлення та відновлення спортивної працездатності.

Класифікація фармакологічних засобів, що використовують у спортивній медицині:

вітаміни і коферменти; препарати пластичної дії; препарати енергетичної дії; антиоксиданти й антигіпоксанти; адаптогени рослинного і тваринного

походження; гепатопротектори; стимулятори кровотворення;

ноотропи; імуномодулятори. Вони сприяють покращенню багатьох психофізіологічних функцій організму, підвищенню імунітету, вдосконаленню нервової та ендокринної регуляції, активізації ферментативних систем організму.

Тема 2. Спортивний масаж та його різновиди.

Різновиди спортивного масажу: тренувальний, попередній і відновний. Лікувальний, гігієнічний, самомасаж, сегментний, точковий, масаж у воді, локальний та ін. Особливості спортивного масажу в різних видах спорту.

Апаратний масаж: вакуум-масаж, вібромасаж, гідромасаж.

Тема 3. Фізіотерапевтичні процедури. Гідротерапія.

Різновиди гідропробуду: лазня, сауна, ванни, души. Фізіотерапевтичні засоби відновлення: аероіонізація, гіпербарична оксигенація (ГБО), діадинамічні струми, інфрачервоне випромінювання, магнітотерапія, мануальна терапія, синусоїдальні модульовані струми (СМС), ультрафіолетове опромінення (УФО), електростимуляція, електрофорез та ін.

Тема 4. Застосування допінгу в спорті.

Заборонені препарати і методи: стимулятори, наркотики (наркотичні анальгетики), анаболічні стероїди та інші гормональні анаболічні засоби, бета-блокатори, діуретики (сечогінні препарати).

Тема 5. Кодекс ВАДА. Здійснення допінг-контролю.

Допінговими є визначені методи: кров'яний допінг (гемотрансфузія), фармакологічні, хімічні і механічні дії із біологічними рідинами, додавання до зразків сечі ароматичних сполук або “маскувальних” засобів, заміна зразків, пригнічення процесу утворення сечі нирками.

4. Завдання курсу:

У результаті вивчення курсу студенти повинні:

знати:

- методів дослідження та оцінки стану функції різних систем організму з метою оцінки загальної тренуваності;
- методів дослідження і оцінки фізичної працездатності, дослідження і оцінки стану систем організму, що лімітують працездатність;
- особливостей підготовки спортсменів у різних видах спорту;
- структури фізичної та психічної працездатності спортсмена;
- засобів та методів відновлення в спорті;

вмінь:

- проводити різні функціональні проби серцево-судинної системи, визначати тип реакції на навантаження, оцінювати швидкість відновлення і адаптацію до фізичного навантаження;
- тестувати фізичну працездатність різними методами;
- проводити функціональні проби дихальної системи, оцінювати їх результати;
- планувати навчально-тренувальний процес з урахуванням специфіки відновлювання працездатності організму людини;
- застосовувати в практичній діяльності засоби та методи підвищення працездатності спортсменів;
- володіти технологіями визначення рівня працездатності та функціональної готовності спортсменів на різних етапах підготовки.

5. Статус у навчальному плані.

Варіативна навчальна дисципліна вільного вибору студентів

6. Лектор: Гетманцев Сергій Васильович – кандидат біологічних наук, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури.

7. Форми і методи навчання: Лекційні та практичні заняття з використанням традиційних методів, інтерактивних методик та комп'ютерної техніки, самостійна робота.

8. Форми організації контролю знань та система оцінювання.

100% балів студент накопичує на заняттях та під час поточного і підсумкового контролю, що регламентується робочою програмою викладача.

Для оцінювання використовується національна чотирибальна шкала: відмінно, добре, задовільно, незадовільно; європейська шкала: А, В, С, D, E, FХ.

Перевірка, оцінювання і облік успішності студентів здійснюється у формі усного опитування та письмового (тестового) контролю на лабораторних заняттях.

9. Мова викладання: українська

26. Управління та менеджмент у сфері фізичної культури та спорту

1. Ідентифікація

Шифр. 2.2.9.	Характеристика навчального курсу
Кількість кредитів відповідних ECTS: 4 Загальна кількість годин: 120 год.	Варіативна навчальна дисципліна вільного вибору студентів

Тижневих годин: 2	Курс: 3 Семестр: 6 Лекції: 8 год. Практичні заняття: 32 год. Самостійна робота: 80 год. Вид контролю: екзамен
-------------------	--

2. Мета курсу: забезпечити майбутніх фахівців теоретичними знаннями про систему управління фізкультурним рухом в Україні та сформувати знання, навички і вміння, розвинути здібності щодо здійснення управлінської, організаційної, методичної, діагностичної, інноваційної діяльності, керування організаціями фізкультурно-спортивної сфери.

3. Опис курсу.

Кредит 1. Теоретичні основи управління

Тема 1. Вступ до курсу «Управління у сфері фізичної культури та спорту» .

Тема 2. Структурна побудова і функціонування сфери фізичного виховання в Україні.

Тема 3. Регламентування діяльності та кадрове забезпечення сфери фізичного виховання.

Кредит 2. Процес управління в організації

Тема 1. Функції управління: планування і організація.

Тема 2. Функції управління: мотивація і контроль.

Тема 3. Управління персоналом організацій сфери фізичного виховання

Кредит 3. Міжнародний спортивний рух

Тема 1. Міжнародний спортивний рух.

Кредит 4. Сучасний спортивний менеджмент.

Тема 2. Мета і функції спортивного менеджменту.

Тема 3. Менеджмент закордонних спортивно-оздоровчих клубів.

Тема 4. Менеджмент олімпійського і професійного спорту.

Тема 5. Менеджмент громадських об'єднань фізкультурно-спортивної спрямованості.

Тема 12. Менеджмент спортивних шкіл і клубів України.

4. Завдання курсу:

У результаті вивчення курсу студенти повинні:

знати:

- загальні питання науки управління (менеджменту), в тому числі і спортивного, який базується на вивченні і аналізі, співставленні і оцінці вітчизняної та зарубіжної систем;
- систему організації і управління галуззю фізичної культури та спорту на сучасному етапі і шляхи її трансформації у відповідності з новою структурою суспільства, ринковою економікою.
- законодавчі нормативно – правові аспекти, закони(накази, постанови, устави, інструкції) по питанням організації і управління масовою фізкультурно-оздоровчою і спортивною роботою.
- сучасні організаційні форми і методи фізкультурно-оздоровчої та спортивної діяльності у різних ланках системи управління фізкультурним рухом.
- методологію планування , що охоплює всі об'єкти галузі фізичної культури і спорту – державні, комерційні, приватні і т.п.
- організаційні форми менеджменту спортивного підприємства.
- основи спортивного маркетингу (спонсорство, реклама, проведення змагань, ліцензування тощо).
- основи організації і проведення (економічний аспект) спортивно – масової роботи з різними групами населення.
- організаційну структуру професійної діяльності у сфері фізичної культури і спорту і її соціально – економічне обґрунтування.

- типи економічних систем і основні економічні інститути, розуміти сутність економічних моделей.

- розділяти мікро - і макроекономічні проблеми.

вміти:

- використовувати в практичній діяльності самі сучасні наукові і теоретичні знання у питаннях організації і управління фізкультурно – оздоровчої роботою у різних ланках системи управління.

- бачити ідею, своєчасно і вміло реалізовувати на практиці.

- приймати об'єктивні рішення при появі проблемних ситуацій у конкретній практичній роботі фізкультурних і спортивних організацій.

- знаходити найбільш раціональні форми і методи організації масової фізкультурно-оздоровчої і спортивної роботи і вміло застосовувати їх у відповідності з реальною дійсністю на практиці.

- аналізувати в загальних рисах основні економічні події у країні та за її межами.

5. Статус у навчальному плані.

Варіативна навчальна дисципліна вільного вибору студентів

6. Лектор: Борецька Наталія Олександрівна, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури, кандидат наук з державного управління

7. Форми і методи навчання: Лекційні та практичні заняття з використанням традиційних методів, інтерактивних методик та комп'ютерної техніки, самостійна робота.

8. Форми організації контролю знань та система оцінювання.

Поточний та підсумковий контроль здійснюється у вигляді комп'ютерних тестів на освітньому просторі університету.

Для оцінювання використовується національна чотирибальна шкала: відмінно, добре, задовільно, незадовільно; європейська шкала: А, В, С, D, E, FХ.

60% балів студенти накопичують на заняттях та під час поточного контролю, що регламентується робочою програмою викладача, 40% балів студенти набирають на іспиті.

9. Мова викладання: українська

27. Основи метрологічного контролю

1. Ідентифікація

Шифр. 2.2.10.	Характеристика навчального курсу
<i>Кількість кредитів відповідних ECTS:3 Загальна кількість годин: 90 год. Тижневих годин: 2</i>	Варіативна навчальна дисципліна вільного вибору студентів Курс: 3 Семестр: 6 Лекції: 10 год. Практичні заняття: 10 год. Лабораторні заняття: 10 год. Самостійна робота: 80 год. Вид контролю: екзамен

2. Мета курсу: Оволодіти теоретичним курсом знань та практичних навичок метрологічного контролю: методикою тестування фізичних якостей, методами кваліметрії у спорті, методами експертизи, прогнозування, відбору, контролю та управлінню спортивною підготовкою спортсменів в різних видах спорту.

3. Опис курсу.

Кредит 1. Вивчення основ метрологічного контролю. Вивчення вмінь і навичок контролю структури техніки фізичних вправ.

Тема 1. Предмет, зміст та розвиток Метролічного контролю;

Тема 2. Шкали вимірювань, одиниці вимірювань, похибки вимірювань.

Тема 3. Основи методики проведення контролю та тестів.
 Тема 4. Одиниці вимірювань.
 Тема 5. Методика побудови графіків взаємозв'язку швидкості - сили.
 Кредит 2. Оволодіння методами і засобами метрологічного контролю фізичних якостей.
 Тема 1. Вивчення взаємозв'язку антропометрії і фізичних якостей
 Тема 2. Метрологічні основи комплексного контролю в спорті.
 Тема 3. Методика прогнозування спортивного результату та контроль у спорті.
 Тема 4. Методи контролю сили в різних видах спорту.
 Тема 5. Метрологічний контроль спеціальних фізичних якостей.
 Кредит 3. Методи математичної статистики в спорті та інтерпретація контролю та тестування. Закріплення методики контролю фізичних якостей.
 Тема 1. Методи математичної статистики в спорті. Обробка статистичного матеріалу.
 Тема 2. Метрологічний контроль і тестування швидкості, швидкісної витривалості, визначення запасу швидкості.
 Тема 3. Види оперативного контролю за технічною підготовкою.
 Тема 4. Комп'ютерний аналіз техніки стартового стрибка у воду в плаванні.
 Тема 5. Побудова комп'ютерної відео циклограми техніки стрибка у довжину з місця.
 Кредит 4. Закріплення методики контролю і тестування.
 Тема 1. Закріплення методики контролю і тестування
 Тема 2. Тестування фізичних якостей спортсмена.
 Тема 3. Визначення кореляції у стрибку в довжину.
 Тема 4. Тестування. Вимоги до проведення тестування
 Тема 5. Презентація самостійної роботи.

4. Завдання курсу:

У результаті вивчення курсу студенти повинні:

знати:

- теоретичні основи і місце метрологічного контролю у системі фізичного виховання України;
- історію розвитку та зародження спортивної метрології;
- основи методики проведення метрологічного контролю;
- організацію контролю і аналізу техніки фізичних вправ;

вмінь:

- проведення контролю фізичних якостей;
- використання вмінь і навичок метрологічного контролю фізичного виховання на практиці.

5. Статус у навчальному плані.

Варіативна навчальна дисципліна вільного вибору студентів

6. Лектор: Тупєєв Ю.В. доцент, кандидат наук з фізичного виховання і спорту,

7. Форми і методи навчання: Лекційні та практичні заняття з використанням традиційних методів, інтерактивних методик та комп'ютерної техніки, самостійна робота.

8. Форми організації контролю знань та система оцінювання.

100% балів студент накопичує на заняттях та під час поточного і підсумкового контролю, що регламентується робочою програмою викладача.

Для оцінювання використовується національна чотирибальна шкала: відмінно, добре, задовільно, незадовільно; європейська шкала: А, В, С, D, E, FX.

9. Мова викладання: українська

28. Історія фізичної культури

1. Ідентифікація

Шифр. 2.2.11.	Характеристика навчального курсу
Кількість кредитів відповідних ECTS:4	Варіативна навчальна дисципліна

<p>Загальна кількість годин: 120 год. Тижневих годин: 2</p>	<p>вільного вибору студентів Курс: 4 Семестр: 8 Лекції: 8 год. Практичні заняття: 32 год. Самостійна робота: 80 год. Вид контролю:</p>
---	--

2. Мета курсу: дати уявлення про виникнення та розвиток фізичних вправ, виникнення видів спорту, гімнастичних та спортивно – ігрових систем, Олімпійських ігор, спортивних рухів.

3. Опис курсу.

Тема 1. Світова історія фізичної культури.

- Значення , зміст та завдання предмету.
- Витоки фізичної культури. Фізична культура у первісному суспільстві.
- Фізична культура в стародавньому світі.
- Фізична культура середньовіччя.
- Фізична культура нового часу.
- Особливості розвитку спорту нового часу.

Тема 2. Історія міжнародного спортивного та олімпійського руху.

- Олімпійські ігри Стародавньої Греції.
- Відродження Олімпійських ігор сучасності. Діяльність П'єра де Кубертена.
- Історичні особливості розвитку міжнародного олімпійського руху.
- Особливості розвитку міжнародного спортивного руху сучасності.

Тема 3. Історія фізичної культури і спорту в Україні.

- Витоки фізичної культури в Україні.
- Фізична культура та спорт в Україні у ХХ столітті.
- Україна в олімпійському русі. Проблеми та перспективи спортивного руху в Україні.

Тема 4. Спортивний рух української діаспори.

4. Завдання курсу:

У результаті вивчення курсу студенти повинні:

знати:

- а) історію виникнення і розвитку фізичних вправ;
- б) погляди гуманістів на фізичне виховання;
- в) гімнастичні та спортивно – ігрові системи фізичного виховання ;
- г) історію виникнення , відродження , хронологію Олімпійських ігор;
- д) виникнення видів спорту, розвиток професійного та аматорського спорту;
- є) який внесок у розвиток фізичної культури зробили видатні вчені, педагоги ХІХ –ХХ ст ;
- ж) витоки фізичної культури України;
- з) участь України в олімпійському русі;
- і) прізвища видатних спортсменів України, Миколаївщини.

вміти:

- а) порівнювати фізичну культуру різних країн у різні періоди їх розвитку;
- б) аналізувати історичні події , які спричиняли умови для розвитку фізичної культури;
- в) використовувати знання у професійній діяльності.

5. Статус у навчальному плані.

Варіативна навчальна дисципліна вільного вибору студентів

6. Лектор: Борецька Наталія Олександрівна, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури, кандидат наук з державного управління

7. Форми і методи навчання: Лекційні та практичні заняття з використанням традиційних методів, інтерактивних методик та комп'ютерної техніки, самостійна робота.

8. Форми організації контролю знань та система оцінювання.

Поточний та підсумковий контроль здійснюється у вигляді комп'ютерних тестів на освітньому просторі університету.

Для оцінювання використовується національна чотирибальна шкала: відмінно, добре, задовільно, незадовільно; європейська шкала: А, В, С, D, E, FX.

9. Мова викладання: українська

29. Футзал

1. Ідентифікація

Шифр: 2.2.12.	Характеристика навчального курсу
<i>Кількість кредитів відповідних ECTS: 6</i> <i>Загальна кількість годин: 180 год.</i> <i>Тижневих годин: – 2 год.</i>	Варіативна навчальна дисципліна вільного вибору студентів Курс: 2 Семестр: 4 Лекції: 6 Практичні заняття: 54 Самостійна робота: 120 Види контролю:

2. Мета курсу: Метою викладання навчальної дисципліни «Футзал» є формування у студентів цілісної системи знань та умінь щодо професійної діяльності у сфері фізичної культури і спорту на основі вивчення футзалу. Володіння навичками гри, знаннями структури гри, техніки і тактики, ігрової та змагальної діяльності, засвоєння методів навчання, необхідних для самостійної тренерської роботи .

3. Опис курсу.

Тема 1. Фізична і технічна підготовка у футзалі.

Тема 2. Історія розвитку гри футзал.

Тема 3. Фізична підготовка у футзалі.

Тема 4. Технічна підготовка у футзалі.

Тема 5. Тактика нападу та захисту у футзалі.

Тема 6. Тактика нападу гри футзал.

Тема 7. Тактика захисту гри футзал.

Тема 8. Організація і проведення змагань з футзалу.

Тема 9. Організація і проведення змагань з футзалу.

Тема 10. Планування та звітність учбової роботи по футзалу.

4. Завдання курсу.

У результаті вивчення курсу студенти повинні:

знати:

- історію, сучасне становище та перспективи розвитку футзалу;
- техніку безпеки під час проведення занять та змагань з футзалу;
- методику навчання технічним елементам в футзалі;
- методику навчання тактичним діям в футзалі;
- системи змагань у футзалі;
- особливості розвитку фізичних якостей у футзалі;

вміти:

- технічно вірно виконувати вправи футзалу в тренувальних та змагальних умовах, показуючи при цьому результати, що відповідають кваліфікаційним вимогам;
- складати конспекти, готувати місце для проведення занять, необхідний інвентар і встаткування;
- проводити будь-якої частини уроку і заняття в цілому, згідно з програмою;

- організувати та проводити змагання з футзалу у загальноосвітньому навчальному закладі.

5. Статус у навчальному плані.

Варіативна навчальна дисципліна вільного вибору студентів

6. Лектор: кандидат педагогічних наук, доцент Жигadlo Г.Б.

7.Форми і методи навчання: Лекційні та практичні заняття з використанням традиційних методів, інтерактивної методики та комп'ютерної техніки, індивідуальна робота, самостійна робота.

8. Форми організації контролю знань та система оцінювання.

Поточний контроль здійснюється у вигляді опитувань, контрольних робіт, теоретичних та практичних тестувань, складання технічних та техніко-фізичних нормативів. Залікові бали студенти накопичують під на заняттях та під час поточного контролю, що регламентується робочою програмою з дисципліни.

Для оцінювання використовується національна чотирибальна шкала: відмінно, добре, задовільно, незадовільно; європейська шкала: А, В, С, D, E, FX.

9. Мова викладання: українська.

30. Оздоровча ходьба, біг

1. Ідентифікація

Шифр: 2.2.13	Характеристика навчального курсу
<i>Кількість кредитів відповідних ECTS:6</i> <i>Загальна кількість годин: 180 год.</i> <i>Тижневих годин: – 2 год.</i>	Варіативна навчальна дисципліна вільного вибору студентів Курс: 2 Семестр: 4 Лекції: 6 Практичні заняття: 54 Самостійна робота: 120 Види контролю:

2. Мета курсу Професійна підготовка студентів до фахової практичної діяльності.

3. Опис курсу:

Тема1. Оздоровча ходьба в системі фізичного виховання України

Місце, значення та форми занять оздоровчим бігом в системі фізичного виховання України.

Визначення і зміст оздоровчої ходьби. Оздоровче і прикладне значення занять оздоровчою ходьбою. Місце і значення оздоровчої ходьби в системі фізичного виховання. Оздоровча ходьба в школі, середніх та вищих навчальних закладах. Оздоровча ходьба для дорослого населення. Оздоровча ходьба для людей похилого віку. Задачі і зміст дисципліни «Оздоровча ходьба, біг» в науково-навчальному інституті фізичної культури та спорту МНУ ім. В.О.Сухомлинського.

Тема 2. Методика занять оздоровчою ходьбою .

Організація занять оздоровчою ходьбою.

Показання до занять оздоровчою ходьбою. Попередній медичний огляд. Взуття та одяг для занять. Вибір траси, визначення кілометражу та швидкості ходьби. Техніка оздоровчої ходьби. Етапи підготовки; задачі, зміст, засоби.

Методи та засоби контролю та самоконтролю під час оздоровчої ходьби. Зміст занять на підготовчому етапі. Зміст занять на етапі підвищення швидкості ходьби. Зміст занять на етапі подальшого удосконалення ходьби і підтримки фізичної форми. Відновлювальні заходи;

– **Тема 3. Різновиди оздоровчої ходьби**

Скандинавська ходьба. Обладнання, техніка ходьби, методика навчання та тренування.

Спортивно-оздоровча ходьба. Авторська програма О.Шимка. Техніка, методика навчання та тренування.

Протокол – специфіка та спрямованість.

Тема 4. Оздоровчий біг в системі фізичного виховання України

Місце, значення та форми занять оздоровчим бігом в системі фізичного виховання України.

Визначення і зміст оздоровчого бігу. Оздоровче і прикладне значення занять оздоровчим бігом. Місце і значення оздоровчого бігу в системі фізичного виховання. Оздоровчий біг в школі, середніх та вищих навчальних закладах. Оздоровчий біг для дорослого населення. Оздоровчий біг для людей похилого віку. Різновиди оздоровчого бігу. Організація тренувальних груп та клубів любителів оздоровчого бігу.

Тема 5. Техніка оздоровчого бігу та методика занять

Організація занять; техніка оздоровчого бігу.

Показання до занять оздоровчим бігом. Попередній медичний огляд. Взуття та одяг для занять. Принципи оздоровчого тренування. Техніка оздоровчого бігу.

Етапи підготовки: задачі, зміст, засоби.

Структура та зміст оздоровчого тренувального заняття. Методи та засоби тренування. Прийоми дозування навантаження на занятті. Зміст занять на підготовчому етапі. Зміст занять на основному етапі підготовки.

Відновлювальні заходи. Запобігання травматизму під час оздоровчих занять.

– **Тема 6. Варіанти тренувальних програм при заняттях оздоровчим бігом.**

Аналіз авторських варіантів тренувальних програм занять оздоровчим бігом: переваги та недоліки.

Тренувальна програма В.Бауермана та В.Гаррриса. Тренувальна програма С.Нікітіна. Тренувальна програма А.Волленбергера. Тренувальна програма К.Купера. Тренувальна програма М.М.Амосова.

Тема 7. Застосування методів та засобів контролю та самоконтролю при заняттях оздоровчим бігом.

Методики та прийоми контролю та самоконтролю отриманого навантаження та стану здоров'я бігунів.

Засоби регуляції бігових навантажень. Визначення граничної норми аеробного навантаження. Контроль за темпом бігу за допомогою пульсометрії. Добір тренувального темпу бігу з урахуванням ЧСС. Контроль сумарного навантаження за тривалий тренувальний період. Ознаки перетренування. Медичний контроль при заняттях оздоровчими практиками.

Тема 8. Навчальна практика.

Навчально-тренувальні заняття з оздоровчого бігу з різними верствами населення на окремих етапах підготовки.

Проведення занять з оздоровчої ходьби з різними верствами населення на підготовчому етапі. Проведення занять з оздоровчої ходьби з різними верствами населення на етапі підвищення швидкості ходьби. Проведення занять з оздоровчої ходьби з різними верствами населення на етапі подальшого удосконалення техніки ходьби і підтримки фізичної форми.

Проведення занять з оздоровчого бігу з різними верствами населення на підготовчому етапі. Проведення занять з оздоровчого бігу з різними верствами населення на основному етапі підготовки.

4. Завдання курсу.

У результаті вивчення курсу студенти повинні:

знати :

- місце та значення оздоровчої ходьби та бігу у системі фізичного виховання України;
- техніку оздоровчих ходьби та бігу та методика проведення оздоровчих занять;
- методи та засоби контролю та самоконтролю при заняттях оздоровчими практиками;
- **вміти :**
- провести виміри траси для оздоровчих занять;
- здійснити терміновий та поточний контроль швидкості пересування та отриманого навантаження;
- провести заняття з оздоровчої ходьби та бігу з групами, різними за віком, статтю та рівнем підготовленості;
- організувати та провести масові оздоровчі заходи у загальноосвітньому навчальному закладі, дитячому оздоровчому таборі та за місцем проживання;

5. Статус у навчальному плані.

Варіативна навчальна дисципліна вільного вибору студентів із циклу професійних компетентностей.

6. Лектор: кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри фізичної культури та спорту, Заслужений тренер України, Майстер спорту СРСР Тупеев Ю.В.

7. Форми і методи навчання: Лекційні та практичні заняття з використанням традиційних методів, інтерактивної методики та комп'ютерної техніки, індивідуальна робота, самостійна робота.

8. Форми організації контролю знань та система оцінювання.

Поточний та підсумковий контроль здійснюється у вигляді комп'ютерних тестів на освітньому просторі університету.

Для оцінювання використовується національна чотирибальна шкала: відмінно, добре, задовільно, незадовільно; європейська шкала: А, В, С, D, E, FX.

9. Мова викладання: українська.

31. Методика проведення секційних занять з легкої атлетики

1. Ідентифікація

Шифр: 2.2.13	Характеристика навчального курсу
<i>Кількість кредитів відповідних ECTS:6</i> <i>Загальна кількість годин: 180 год.</i> <i>Тижневих годин: – 2 год.</i>	Варіативна навчальна дисципліна вільного вибору студентів Курс: 2 Семестр: 4 Лекції: 6 Практичні заняття: 54 Самостійна робота: 120 Види контролю:

2. Мета курсу: Метою викладання навчальної дисципліни «Методика проведення секційних занять з легкої атлетики» є професійна підготовка студентів до практичної діяльності в якості керівника спортивної секції чи гуртка з легкої атлетики в навчальних закладах.

3. Завдання курсу:

Тема 1.

Історія, сучасне становище та перспективи розвитку легкої атлетики в світі та в Україні

Історія розвитку легкої атлетики.

Виникнення та розвиток легкої атлетики в світі та на Україні. Еволюція техніки, правил змагань, тактики. Найвидатніші спортсмени в світі та в Україні. Останні події в легкоатлетичному спорті в світі та Україні.

Науково-технічний та науково-методичний прогрес легкої атлетиці. Перспектива розвитку легкої атлетики.

Тема 2.

Техніка безпеки під час проведення навчально-тренувальних занять та змагань з легкої атлетики

Техніка безпеки під час проведення навчально-тренувальних занять та змагань з легкої атлетики.

Вимоги техніки безпеки в легкоатлетичному спорті. Контроль за станом місця для занять, обладнання та інвентарю. Організація страховки та допомоги під час розучування та виконання вправ, навчання самостраховці. Медичний контроль, особиста гігієна, режим дня, харчування спортсмена.

Тема 3.

Принципи, методи та засоби спортивної підготовки в легкої атлетиці

Складові процесу спортивної підготовки в легкої атлетиці. Тренування як головна складова процесу спортивної підготовки. Принципи спортивної підготовки. Засоби та методи спортивної підготовки в легкоатлетичному спорті.

Тема 4.

Організація занять з легкої атлетики в загальноосвітніх навчальних закладах.

Спортивні секції у ЗОШ: комплектування груп та організація занять. Структура та різновиди навчально-тренувальних занять.

Тема 5.

Принципи та методи відбору дітей до занять легкою атлетикою в гуртки та секції.

Анатомічні, морфо функціональні та антропометричні фактори, що впливають на результат в легкої атлетиці.

Спортивна орієнтація та відбір до занять обраним видом легкоатлетичного спорту.

Поняття «спортивна орієнтація» та «відбір»; етапи відбору. Попередній відбір для занять обраним видом легкої атлетики: показники, задачі, методи, організація. Поглиблений відбір з диференціацією спортсменів за легкоатлетичною спеціалізацією; поняття „темپ приросту” результатів. Відбір у збірні команди та для участі у змаганнях: впливові фактори, методи, організація.

Тема 6.

Фізична підготовка дітей шкільного віку з легкої атлетики в секціях та гуртках.

Швидкість та методика її розвитку в легкої атлетиці; роль швидкісної підготовки та її специфіка у різних видах легкої атлетики; розвиток швидкісної реакції; комплексний розвиток швидкості; "швидкісний бар'єр" та способи його подолання.

Сила та методика її розвитку в легкої атлетиці ; види м'язової сили; методи розвитку сили, в залежності від обраного виду легкої атлетики; вікові особливості розвитку сили у юних спортсменів.

Швидкісно-силові якості та методика їх розвитку; "вибухова" сила та методика її розвитку; стрибучість як різновид "вибухової" сили та методика її розвитку;

Витривалість та методика її розвитку в легкої атлетиці. Види витривалості; засоби розвитку загальної та спеціальної витривалості, в залежності від специфіки виду легкої атлетики.

Гнучкість легкоатлета та методика її розвитку.

Спритність легкоатлета та методика її розвитку.

Тема 7.

Технічна підготовка дітей шкільного віку з легкої атлетики в секціях та гуртках.

Технічна підготовка школярів в легкій атлетиці. Визначення поняття «технічна підготовка». Стадії формування динамічного стереотипу. Роль аналізаторів та рецепторів в руховій діяльності. Методика навчання вправам легкої атлетики. Вікові особливості методики навчання дітей різного віку. Методика удосконалення техніки виконання обраної вправи.

Тема 8.

Психічна, тактична та теоретична підготовка дітей шкільного віку з легкої атлетики в секціях та гуртках.

Психічна підготовка юних легкоатлетів. Мета психічної підготовки. Складові частини психічної підготовки. Психічні стани легкоатлетів та їх регуляція.

Тактична підготовка. Визначення поняття «тактична підготовка». Види та прийоми тактичної підготовки в залежності від легкоатлетичної спеціалізації.

Теоретична підготовка. Мета, завдання та форми теоретичної підготовки юного легкоатлета.

Тема 9.

Тренувальні та змагальні навантаження в легкій атлетиці.

Тренувальні навантаження в легкій атлетиці. Характеристика тренувальних навантажень; поняття про потужність тренувальної роботи. Обсяг та інтенсивність навантажень, їх види та взаємозв'язок. Відпочинок під час тренувального заняття, його тривалість та характер.

Змагальні навантаження в легкоатлетичному спорті. Характеристика змагальних навантажень; припустимі норми змагальної діяльності.

Тема 10.

Спортивна підготовка дітей в шкільних секціях та гуртках з легкої атлетики.

Секційна робота з легкої атлетики з дітьми молодшого шкільного віку.

Анатомо-фізіологічні особливості та особливості психіки дітей молодшого шкільного віку. Засоби та методи тренування дітей молодшого шкільного віку. Добір та дозування навантажень. Змагальна діяльність.

Секційна робота з легкої атлетики з дітьми середнього шкільного віку.

Анатомо-фізіологічні особливості та особливості психіки дітей середнього шкільного віку. Засоби та методи тренування дітей середнього шкільного віку. Добір та дозування навантажень. Змагальна діяльність.

Секційна робота з легкої атлетики з дітьми середнього шкільного віку.

Анатомо-фізіологічні особливості та особливості психіки дітей старшого шкільного віку. Засоби та методи тренування дітей старшого шкільного віку. Добір та дозування навантажень. Змагальна діяльність.

Тема 11.

Організація, проведення та суддівство змагань з легкої атлетики.

Організація змагань. Календар змагань. Організаційний комітет: склад, обов'язки. Положення про змагання. Залучення батьківського комітету, спонсорів. Заявка на участь у змаганнях. Права та обов'язки учасників змагань.

Проведення та суддівство змагань з легкої атлетики. Суддівська колегія: склад, обов'язки. Склад та обов'язки суддівських бригад з видів легкої атлетики. Організація волонтерської допомоги. Правила змагань з легкої атлетики.

Тема 12.

Навчальна практика

Участь в організації, проведенні та суддівстві змагань з легкої атлетики.

Проведення навчально-тренувальних занять з легкої атлетики.

Принципи добору та методи проведення вправ, що входять у підготовчу частину навчально-тренувального заняття. Принципи добору та методи проведення вправ, що

входять у основну частину навчально-тренувального заняття. Принципи добору та методи проведення вправ, що входять у заключну частину навчально-тренувального заняття.

Проведення окремих вправ, окремих частин та цілісного навчально-тренувального заняття з групами різної кваліфікації та спеціалізації, з урахуванням специфіки періодизації тренувального циклу.

Складання документів планування та звітності спортсмена та тренера.

Щоденник спортсмена. Перспективне та поточне планування. Груповий план підготовки.

Індивідуальний план підготовки. Документи звітності. Аналіз документації.

4. Завдання курсу.

У результаті вивчення курсу студенти повинні:

знати :

- історію, сучасне становище та перспективи розвитку легкої атлетики в світі та Україні;
- техніку безпеки під час проведення навчально-тренувальних занять та змагань з легкої атлетики;
- принципи, методи та засоби спортивної підготовки в обраному виді легкої атлетики;
- основи змагальної діяльності в легкій атлетиці;
- методiku організації та проведення секційних занять у загальноосвітніх закладах;
- методiku організації змагань, правила змагань з легкої атлетики та методiku суддівства в різних видах легкої атлетики;

уміти :

- навчити дітей техніці обраних легкоатлетичних вправ;
- скласти план спортивної підготовки на визначений термін відповідно до кваліфікації спортсмена та легкоатлетичної спеціалізації;
- провести секційні заняття з легкої атлетики у секціях та гуртках навчальних закладів;
- організувати та провести дитячі змагання з легкої атлетики; виконувати обов'язки судді з легкої атлетики.

5. Статус у навчальному плані.

Варіативна навчальна дисципліна вільного вибору студентів із циклу професійних компетентностей.

6. Лектор: кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри фізичної культури та спорту, Заслужений тренер України, Майстер спорту СРСР Тупєєв Ю.В.

7. Форми і методи навчання: Лекційні та практичні заняття з використанням традиційних методів, інтерактивної методики та комп'ютерної техніки, індивідуальна робота, самостійна робота.

8. Форми організації контролю знань та система оцінювання.

Поточний та підсумковий контроль здійснюється у вигляді комп'ютерних тестів на освітньому просторі університету.

Для оцінювання використовується національна чотирибальна шкала: відмінно, добре, задовільно, незадовільно; європейська шкала: А, В, С, D, E, FX.

9. Мова викладання: українська.

32. Веслувальний спорт

1. Ідентифікація

Шифр: 2.2.14	Характеристика навчального курсу
--------------	----------------------------------

<p><i>Кількість кредитів відповідних ECTS: 6</i> <i>Загальна кількість годин: 180 год.</i> <i>Тижневих годин: – 2 год.</i></p>	<p>Варіативна навчальна дисципліна вільного вибору студентів Курс: 3 Семестр: 5 Лекції: 6 Практичні заняття: 54 Самостійна робота: 120 Види контролю:</p>
--	--

2. Мета курсу Професійна підготовка студентів до практичної діяльності в якості тренера. Створення передумов до подальшого підвищення спортивних результатів, а також до спортивного довголіття

3. Опис курсу.

Тема 1. Загальна характеристика веслувального спорту.

- Вступ до спеціалізації.
- Загальна характеристика веслування.
- Класифікація веслування.

Тема 2. Історія розвитку веслувального спорту.

- Виникнення і розвиток веслування.
- Розвиток веслування до 20 століття.
- Розвиток веслування в 20 столітті за кордоном.
- Зародження і розвиток веслування в Україні до до 1917р.
- Розвиток веслування в СРСР і Україні (1917-2000гг.)
- Веслування на олімпійських іграх сучасності.
- Веслування на чемпіонатах світу та Європи.
- Сучасний період у розвитку веслування в Україні та країнах світу: стан і перспективи розвитку (з 2000 р. - по теперішній час)

- Державні структури і громадські організації з веслування.

- Міжнародні організації та об'єднання з веслування.

Тема 3. Техніка з основами біомеханіки у веслуванні.

- Біомеханічні основи техніки веслування.
- Техніка веслування.
- Фактори, що впливають на техніку веслування.
- Еволюція та шляхи подальшого вдосконалення техніки веслування.
- Типові помилки в техніці веслування.

Тема 4. Методика навчання руховим діям у веслуванні.

- Загальні основи навчання техніці веслування.
- Ефективні засоби та методи в навчанні техніці.
- Основні етапи в навчанні.
- Методика виправлення помилок у техніці.
- Удосконалення технічної майстерності.

Тема 5. Основи спортивного тренування у веслуванні.

- Основи спортивного тренування.
- Фізична підготовка.
- Фізичні якості.
- Технічна підготовка.
- Тактична і психологічна підготовка.

Тема 6. Основи працездатності та відновлення у веслуванні.

- Проблеми працездатності.
- Навантаження у веслуванні.
- Принципи відповідності навантажень.
- Проблеми відновлення.
- Проблеми реабілітації в спорті.

4. Завдання курсу.

У результаті вивчення курсу студенти повинні:

знати:

- засвоїти знання в області теорії і методики спортивної підготовки, основних закономірностей, принципів, засобів і методів, що застосовуються в теорії і практиці веслувального спорту;
- засвоєння техніки й тактики веслувального виду спорту;
- придбання теоретичних знань і практичного досвіду, що потрібні для успішної тренувальної та змагальної діяльності.

вміти:

- вдосконалювати професійно-педагогічні навички організації та проведення навчально-тренувальних занять з веслувального спорту.
- розвивати і вдосконалювати фізичні якості, техніко-тактичних умінь і навичок, особистісних психологічних показників веслярів;
- забезпечити необхідний рівень спеціальної підготовленості.

5. Статус у навчальному плані.

Варіативна навчальна дисципліна вільного вибору студентів із циклу професійних компетентностей.

6. Лектор: доцент, Майстер спорту СРСР Тіхоміров А.І.

7. Форми і методи навчання: Лекційні та практичні заняття з використанням традиційних методів, інтерактивної методики та комп'ютерної техніки, індивідуальна робота, самостійна робота.

8. Форми організації контролю знань та система оцінювання.

Поточний та підсумковий контроль здійснюється у вигляді комп'ютерних тестів на освітньому просторі університету.

Для оцінювання використовується національна чотирибальна шкала: відмінно, добре, задовільно, незадовільно; європейська шкала: А, В, С, D, E, FX.

9. Мова викладання: українська.

33. Туризм

1. Ідентифікація

Шифр: 2.2.14	Характеристика навчального курсу
<i>Кількість кредитів відповідних ECTS: 6</i> <i>Загальна кількість годин: 180 год.</i> <i>Тижневих годин: – 2 год.</i>	Варіативна навчальна дисципліна вільного вибору студентів Курс: 3 Семестр: 5 Лекції: 6 Практичні заняття: 54 Самостійна робота: 120 Види контролю:

2. Мета курсу: професійна підготовка студентів до практичної діяльності в якості тренера-викладача загальних та спеціалізованих навчальних закладів, працівника в галузі фізичної культури та спорту.

3. Опис курсу.

Кредит 1. Основи туризму.

Тема 1. Основи туризму.

Тема 2. Програмно-нормативні та організаційні основи туризму.

Тема 3. Основи техніки і тактики туризму.

Тема 4. Коротка історія краєзнавчих досліджень.

Кредит 2. Туристично-краєзнавча робота як форма навчально-виховної діяльності

- Тема 1. Туристично-краєзнавча робота як форма навчально-виховної діяльності
- Тема 2. Форми, принципи і методи туристично-краєзнавчої роботи
- Тема 3. Вікові особливості учнів і туристично-краєзнавча робота
- Тема 4. Педагогічні та психологічні аспекти дитячо-юнацького туризму.
- Тема 5. Планування й облік роботи гуртків
- Кредит 3. Основні форми туристично-краєзнавчої роботи
- Тема 1. Навчальна стежка
- Тема 2. Організація шкільного краєзнавчого музею
- Тема 3. Місце екскурсій в організації туристично-краєзнавчої роботи
- Тема 4. Експедиція як форма туристично-краєзнавчої роботи
- Тема 5. Похід як форма туристично-краєзнавчої роботи
- Тема 6. Організація масових туристичних заходів
- Тема 7. Застосування ігрових прийомів у туристично-краєзнавчій роботі
- Кредит 4. Характеристика природно-географічного, суспільно-історичного, туристичного потенціалу України
- Тема 1. Характеристика природно-географічного туристичного потенціалу України
- Тема 2. Суспільно-історичні туристичні ресурси України
- Тема 3. Сутність та склад суспільно-історичних ресурсів.
- Тема 4 Біосоціальні рекреаційно-туристські ресурси.
- Тема 5 Фортеці, замки і монастирі як подієві ресурси.
- Тема 6 Краєзнавчо-туристичні ресурси Миколаївщини.
- Тема 7 Робота з природними джерелами краєзнавчої інформації.
- Кредит 5. Спортивне орієнтування як вид спорту.
- Тема 1. Історія формування орієнтування як виду спорту.
- Тема 2. Топографічні, спортивні карти. Масштаб.
- Тема 3. Компас. Умовні знаки спортивних карт.
- Тема 4 Вимірювання відстаней. Перші кроки за азимутом. Визначення точки знаходження.
- Тема 5 Прийоми орієнтування за картою.
- Тема 6. Рельєф місцевості і його зображення на спортивних картах.
- Тема 7. Комплексне читання карти. Перенесення КП.
- Кредит 6. Базова туристська підготовка орієнтувальника.
- Тема 1. “Узяття” КП і ближній пошук.
- Тема 2. Відновлення орієнтування. Аналіз втрат часу.
- Тема 3 Тактико-технічні прийоми вибору руху.
- Тема 4 Організація і проведення змагань зі спортивного орієнтування.
- Тема 5. Визначення результатів змагань з орієнтування у заданому напрямку.
- Тема 6. Заходи безпеки при проведенні змагань та тренувань.
- Тема 7. Медичне забезпечення змагань зі спортивного орієнтування.

4. Завдання курсу.

У результаті вивчення курсу студенти повинні:

знати:

- місця та значення туристичної роботи у системі фізичного виховання України;
- історії розвитку та зародження туризму в Україні;
- організації та змісту занять з туризму у загальноосвітніх навчальних закладах, дитячих оздоровчих таборі ;
- організації та правил проведення змагань з туризму;

вміти:

- проведення секційних занять з туризму у секціях загальноосвітніх навчальних закладів та дитячому оздоровчому таборі;
- організації та проведення змагань з туризму у загальноосвітньому навчальному закладі та дитячому оздоровчому таборі.

5. Статус у навчальному плані.

Варіативна навчальна дисципліна вільного вибору студентів із циклу професійних компетентностей.

6. Лектор: доцент, майстер спорту СРСР Тихоміров А.І.

7. **Форми і методи навчання:** Лекційні та практичні заняття з використанням традиційних методів, інтерактивної методики та комп'ютерної техніки, індивідуальна робота, самостійна робота.

8. **Форми організації контролю знань та система оцінювання.**

Поточний та підсумковий контроль здійснюється у вигляді комп'ютерних тестів на освітньому просторі університету.

Для оцінювання використовується національна чотирибальна шкала: відмінно, добре, задовільно, незадовільно; європейська шкала: А, В, С, D, E, FX.

9. **Мова викладання:** українська.

34. Спортивні єдиноборства

1. Ідентифікація

Шифр: 2.2.15.	Характеристика навчального курсу
<i>Кількість кредитів відповідних ECTS: 6</i> <i>Загальна кількість годин: 180 год.</i> <i>Тижневих годин: – 2 год.</i>	Варіативна навчальна дисципліна вільного вибору студентів Курс: 3 Семестр: 5 Лекції: 6 Практичні заняття: 54 Самостійна робота: 120 Види контролю:

2. **Мета курсу:** спрямована на здобуття студентами теоретичних знань і практичних вмінь та навичок з теорії і методики викладання спортивних видів єдиноборств, необхідних для роботи в дитячо-юнацьких спортивних школах, спортивних ліцеях, командах ДСТ, вищих та середніх спеціальних навчальних закладах.

3. Опис курсу.

Тема 1: Мета, завдання та принципи навчання техніці видів спортивних єдиноборств.

Мета і завдання навчання. Знання, вміння і навички єдиноборця. Процес формування рухових навичок. Особливості використання дидактичних принципів навчання в побудові навчального процесу.

Тема 2: Засоби і методи навчання у спортивних єдиноборствах.

Принципи добору засобів та методів навчання техніці прийомів у спортивних єдиноборствах. Чинники, що впливають на добір методів та засобів. Відповідність засобів та методів технічної підготовки задачам заняття та специфіці контингенту учнів.

Тема 3: Методика навчання загальнорозвиваючих вправ та спеціально-підготовчих вправ єдиноборців.

Загально-розвиваючі і спеціально-підготовчі вправи. Страхівка та самострахівка. Методика використання загально-розвиваючих і спеціально-підготовчих вправ у навчанні єдиноборців. Методика навчання страхівці та самострахівці.

Тема 4: Методика проведення підготовчої, основної та заключної частин занять у спортивних єдиноборствах.

Виконання обов'язків чергового. Подача команд на протязі підготовчої частини уроку. Вправи із інших видів спорту – гімнастики, акробатики, легкої атлетики, важкої атлетики, вправи з опором, рухливі та спортивні ігри.

Методика проведення основної частини заняття. Послідовність виконання загальнорозвиваючих, спеціально-підготовчих та змагальних вправ. Особливості основної частини заняття (обсяг і інтенсивність).

Особливості заключної частини заняття. Специфіка вправ, які виконуються у заключній частині заняття.

Тема 5: Сила та методика її розвитку у спортивних єдиноборствах.

Режими роботи м'язів та види силових якостей. Основні фактори, що визначають рівень силових якостей. Методи, що застосовуються в процесі силової підготовки. Методи, що застосовуються в силовій підготовці єдиноборців, та їх характеристика.

Розвиток силових якостей в системі підготовки єдиноборця. Контроль силових якостей.

Тема 6: Швидкість та методика її розвитку у спортивних єдиноборствах.

Види швидкісних здібностей, форми їх прояву та фактори, що їх визначають. Етапи розвитку швидкісних здібностей. Засоби швидкісної підготовки. Методика розвитку швидкісних здібностей у спортивному єдиноборстві. Контроль швидкісних здібностей.

Тема 7: Витривалість та методика її розвитку у спортивних єдиноборствах.

Види витривалості. Джерела енергозабезпечення м'язової роботи. Фактори, що визначають рівень анаеробних можливостей. Фактори, що визначають рівень аеробних можливостей. Методика оцінки спеціальної витривалості. Методика розвитку спеціальної та загальної витривалості.

Аеробна система енергозабезпечення м'язової діяльності у спортивних єдиноборствах і методика її підвищення. Контроль потужності і ємності аеробних процесів. Економічність використання функціонального потенціалу. Контроль економічності.

Тема 8: Гнучкість та методика її розвитку у спортивних єдиноборствах..

Види і значення гнучкості. Фактори, що визначають рівень гнучкості. Етапи розвитку гнучкості. Методика розвитку гнучкості. (Характер і чергування вправ, темп рухів, величина обтяжень, інтервали відпочинку).

Тема 9. Координаційні здібності спортсменів і фактори, що визначають координацію у спортивних єдиноборствах.

Загальні положення методики і основні засоби поліпшення координаційних здібностей. Засоби поліпшення координаційних здібностей. Ідеомоторне тренування. Методика поліпшення координаційних здібностей (складність рухів, інтенсивність роботи, тривалість окремої вправи, кількість повторів однієї вправи, тривалість і характер пауз між вправами).

Тема 10: Класифікація і компоненти тренувальних навантажень.

Класифікація тренувальних навантажень. Педагогічні критерії оцінки окремих параметрів тренувальних навантажень. Особливості планування тренувальних навантажень у спортивних єдиноборствах.

Тема 11: Особливості впливу на організм спортсменів різних за величиною, спрямованістю та специфічністю тренувальних навантажень.

Особливості впливу на організм спортсменів занять із великими тренувальними навантаженнями різної спрямованості. Методика реєстрації тренувального навантаження у єдиноборствах. Планування тренувальних занять з різними навантаженнями протягом дня. Планування тренувальних навантажень і відпочинку в мікроциклах. Оволодіння уміннями і навичками проведення занять з великими тренувальними навантаженнями.

Тема 12: Основи побудови підготовки у спортивних єдиноборствах.

Система підготовки спортсменів і її структурні елементи. Загальна структура багаторічної підготовки і фактори, що її обумовлюють. Побудова підготовки єдиноборців на різних етапах багаторічного вдосконалення.

Побудова тренувального процесу на різних етапах багаторічного вдосконалення (на етапі початкової підготовки, попередньої базової, спеціалізованої базової, максимальної реалізації індивідуальних можливостей, етапі збереження досягнень).

Основні напрямки інтенсифікації підготовки в процесі багаторічного вдосконалення. Динаміка навантажень і співвідношення роботи різної направленості в процесі багаторічного вдосконалення.

Тема 13: Побудова програм тренувальних занять.

Загальна структура занять. Головна педагогічна направленість занять. Заняття вибіркової та комплексної направленості в процесі підготовки.

Типи занять (навчальні, тренувальні, навчально-тренувальні, відновлювальні, модельні, контрольні). Форми організації занять (індивідуальна, групова, фронтальна, вільна). Характеристика видів навантажень в заняттях.

Тема 14: Побудова програм мікроциклів підготовки єдиноборців.

Характеристика типів мікроциклів (втягуючі, ударні, відновлювальні, підвідні, змагальні). Загальні основи чергування занять з різними за величиною і направленістю навантаженнями.

Вплив на організм спортсменів занять з різними за величиною і направленістю навантаженнями. Співвідношення в мікроциклі занять з різними за величиною і направленістю навантаженнями. Структура мікроциклів підготовки різних типів. Особливості побудови мікроциклів при декількох заняттях протягом дн

Тема 15: Побудова програм мезоциклів підготовки єдиноборців

Характеристика типів мезоциклів (втягуючі, базові, контрольно-підготовчі, перед змагальні, змагальні). Чергування мікроциклів у мезоциклі. Чергування і сумарне навантаження тижневих мікроциклів в мезоциклах різного типу на різних етапах багаторічної підготовки. Особливості побудови мезоциклів при тренуванні жінок.

Тема 16: Побудова річного циклу підготовки єдиноборців.

Загальна структура річної підготовки. Особливості побудови річного циклу підготовки в спортивних єдиноборствах.

Особливості підготовки в окремому макроциклі (підготовка в підготовчому, змагальному, перехідному періоді, безпосередня підготовка до головних змагань року).

Тема 17: Побудова чотирьохрічного плану підготовки єдиноборців.

Мета, завдання 4-х річного (олімпійського) циклу. Особливості побудови підготовки в олімпійському циклі. Динаміка навантажень в олімпійському циклі. Співвідношення роботи різної направленості в олімпійському циклі

4. Завдання курсу.

У результаті вивчення курсу студенти повинні:

знати:

- мету, завдання та принципи навчання техніці прийомів спортивних єдиноборств;
- особливості формування рухових навичок у спортивних єдиноборствах;
- методики навчання техніко-тактичним діям у спортивних єдиноборствах;
- правила техніки безпеки та профілактики травматизму під час навчально - тренувальних занять з єдиноборств;
- методику фізичної підготовки у спортивних єдиноборствах: добору засобів та методів розвитку фізичних якостей спортсмена відповідно до специфіки виду єдиноборств та контингенту учнів;
- принципи та методи добору тренувальних навантажень в спортивних єдиноборствах, методики управління тренувальними навантаженнями;
- правила та принципи побудови навчально-тренувальних занять у спортивних єдиноборствах;
- принципи та методи побудови багаторічного процесу спортивної підготовки у єдиноборствах на різних етапах тренувань.

вміти:

- виконати технічно вірно основні техніко-тактичні прийоми спортивних єдиноборств;

- навчити техніці рухових дій, добрати раціональні засоби та методи навчання техніці, відповідно до контингенту учнів;
- здійснювати страховку та само страховку під час навчально-тренувальних занять;
- раціонально добирати методи та засоби розвитку фізичних якостей спортсмена, відповідно до контингенту учнів;
- раціонально планувати тренувальні навантаження та управляти ними в процесі спортивної підготовки;
- скласти план начально-тренувального заняття, мікро-, мезо- та макроциклу підготовки єдиноборця на різних етапах тренувань;

5. Статус у навчальному плані.

Варіативна навчальна дисципліна вільного вибору студентів із циклу професійних компетентностей.

6. Лектор: кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри спорту, Заслужений тренер України, Майстер спорту СРСР Тупєєв Ю.В.

7. Форми і методи навчання: Лекційні та практичні заняття з використанням традиційних методів, інтерактивної методики та комп'ютерної техніки, індивідуальна робота, самостійна робота.

8. Форми організації контролю знань та система оцінювання.

Поточний та підсумковий контроль здійснюється у вигляді комп'ютерних тестів на освітньому просторі університету.

Для оцінювання використовується національна чотирибальна шкала: відмінно, добре, задовільно, незадовільно; європейська шкала: А, В, С, D, E, FX.

9. Мова викладання: українська.

35. Боротьба та методика викладання

1. Ідентифікація

Шифр: 2.2.15.	Характеристика навчального курсу
<p><i>Кількість кредитів відповідних ECTS: 6</i></p> <p><i>Загальна кількість годин: 180 год.</i></p> <p><i>Тижневих годин: – 2 год.</i></p>	<p>Варіативна навчальна дисципліна вільного вибору студентів</p> <p>Курс: 3</p> <p>Семестр: 5</p> <p>Лекції: 6</p> <p>Практичні заняття: 54</p> <p>Самостійна робота: 120</p> <p>Види контролю:</p>

2. Мета курсу: формування навичок практичного володіння іноземною мовою як засобом спілкування в різних видах мовленнєвої діяльності в обсязі тематики, що обумовлена професійними потребами.

3. Опис курсу.

Тема 1: Мета, завдання та принципи навчання техніці видів спортивної боротьби.

Мета і завдання навчання. Знання, вміння і навички борця. Процес формування рухових навичок. Особливості використання дидактичних принципів навчання в побудові учбового процесу.

Тема 2: Засоби і методи навчання у спортивній боротьбі.

Принципи добору засобів та методів навчання техніці прийомів у спортивній боротьбі. Чинники, що впливають на добір методів та засобів. Відповідність засобів та методів технічної підготовки задачам заняття та специфіці контингенту учнів.

Тема 3: Методика навчання загальнорозвиваючих вправ та спеціально-підготовчих вправ борців.

Загально-розвиваючі і спеціально-підготовчі вправи. Страховка та самостраховка. Методика використання загально-розвиваючих і спеціально-підготовчих вправ у навчанні борців і дзюдоїстів. Методика навчання страховки та самостраховки.

Тема 4: Методика проведення підготовчої, основної та заключної частин уроку та начально-тренувальних занять у боротьбі.

Виконання обов'язків чергового. Подача команд на протязі підготовчої частини уроку. Вправи із інших видів спорту – гімнастики, акробатики, легкої атлетики, важкої атлетики, вправи з опором, рухливі та спортивні види ігри.

Методика проведення основної частини уроку. Послідовність виконання загальнорозвиваючих, спеціально-підготовчих та змагальних вправ. Особливості основної частини заняття (обсяг і інтенсивність).

Особливості заключної частини заняття. Специфіка вправ, які виконуються у заключній частині заняття

Тема 4: Сила, швидкість та методика їх розвитку.

Режими роботи м'язів та види силових якостей. Основні фактори, що визначають рівень силових якостей. Методи, що застосовуються в процесі силової підготовки. Види швидкісних здібностей і фактори, що їх визначають. Методика розвитку швидкісних здібностей. Методи, що застосовуються в силовій підготовці борців, та їх характеристика.

Розвиток силових якостей в системі підготовки борця. Контроль силових якостей. Швидкісні здібності спортсменів та форми їх прояву. Етапи розвитку швидкісних здібностей. Засоби швидкісної підготовки. Методика розвитку швидкісних здібностей борців. Контроль швидкісних здібностей.

Тема 5: Витривалість та методика її розвитку.

Види витривалості. Джерела енергозабезпечення м'язової роботи. Фактори, що визначають рівень анаеробних можливостей. Фактори, що визначають рівень аеробних можливостей. Методика оцінки спеціальної витривалості. Методика розвитку спеціальної та загальної витривалості.

Аеробна система енергозабезпечення м'язової діяльності борців і методика її підвищення. Контроль потужності і ємності аеробних процесів. Економічність використання функціонального потенціалу. Контроль економічності.

Тема 6: Гнучкість і координаційні здібності, методика їх розвитку.

Види і значення гнучкості. Фактори, що визначають рівень гнучкості. Методика розвитку гнучкості. Етапи розвитку гнучкості. Методика розвитку гнучкості. (Характер і чергування вправ, темп рухів, величина обтяжень, інтервали відпочинку).

Тема 7. Координаційні здібності спортсменів і фактори, що визначають координацію.

Загальні положення методики і основні засоби поліпшення координаційних здібностей. Засоби поліпшення координаційних здібностей. Ідеомоторне тренування. Методика поліпшення координаційних здібностей (складність рухів, інтенсивність роботи, тривалість окремої вправи, кількість повторів однієї вправи, тривалість і характер пауз між вправами)

Тема 8: Класифікація і компоненти тренувальних навантажень.

Класифікація тренувальних навантажень. Педагогічні критерії оцінки окремих параметрів тренувальних навантажень. Особливості планування тренувальних навантажень у спортивній боротьбі.

Тема 9: Особливості впливу на організм спортсменів різних за величиною, спрямованістю та специфічністю тренувальних навантажень.

Особливості впливу на організм учнів занять із великими тренувальними навантаженнями різної спрямованості. Методика реєстрації тренувального навантаження у борців. Планування тренувальних занять з різними навантаженнями протягом дня.

Планування тренувальних навантажень і відпочинку в мікроциклах. Оволодіння уміннями і навичками проведення занять з великими тренувальними навантаженнями.

Тема 10: Основи побудови підготовки борців та єдиноборців.

Система підготовки спортсменів і її структурні елементи. Загальна структура багаторічної підготовки і фактори, що її обумовлюють. Побудова підготовки борців на різних етапах багаторічного вдосконалення.

Побудова тренувального процесу на різних етапах багаторічного вдосконалення (на етапі початкової підготовки, попередньої базової, спеціалізованої базової, максимальної реалізації індивідуальних можливостей, етапі збереження досягнень).

Основні напрямки інтенсифікації підготовки в процесі багаторічного вдосконалення. Динаміка навантажень і співвідношення роботи різної направленості в процесі багаторічного вдосконалення.

Тема 11: Побудова програм уроків та навчально-тренувальних занять.

Загальна структура занять. Головна педагогічна направленість занять. Заняття вибіркової та комплексної направленості в процесі підготовки.

Типи занять (навчальні, тренувальні, навчально-тренувальні, відновлювальні, модельні, контрольні). Форми організації занять (індивідуальна, групова, фронтальна, вільна). Характеристика видів навантажень в занят

Тема 12: Побудова програм мікроциклів підготовки борців та єдиноборців.

Характеристика типів мікроциклів (втягуючі, ударні, відновлювальні, підводячі, змагальні). Загальні основи чергування занять з різними за величиною і направленістю навантаженнями.

Вплив на організм спортсменів занять з різними за величиною і направленістю навантаженнями. Співвідношення в мікроциклі занять з різними за величиною і направленістю навантаженнями. Структура мікроциклів підготовки борців різних типів. Особливості побудови мікроциклів при декількох заняттях протягом дня.

Тема 13: Побудова програм мезоциклів підготовки борців та єдиноборців

Характеристика типів мезоциклів (втягуючі, базові, контрольні-підготовчі, перед змагальні, змагальні). Чергування мікроциклів у мезоциклі. Чергування і сумарне навантаження тижневих мікроциклів в мезоциклах різного типу на різних етапах багаторічної підготовки. Особливості побудови мезоциклів при тренуванні дівчат.

Тема 14: Побудова річного циклу підготовки борців та єдиноборців.

Загальна структура річної підготовки. Особливості побудови річного циклу підготовки в спортивних єдиноборствах.

Особливості підготовки борців в окремому макроциклі (підготовка в підготовчому, змагальному, перехідному періоді, безпосередня підготовка до головних змагань року).

Тема 15: Побудова чотирьохрічного плану підготовки борців та єдиноборців.

Мета, завдання 4-х річного (олімпійського) циклу. Особливості побудови підготовки в олімпійському циклі. Динаміка навантажень в олімпійському циклі. Співвідношення роботи різної направленості в олімпійському циклі.

4. Завдання курсу.

У результаті вивчення курсу студенти повинні знати:

- мети, завдань та принципів навчання техніці прийомів спортивної боротьби;
- особливостей формування рухових навичок у спортивній боротьбі;
- методики навчання техніко-тактичним діям у спортивній боротьбі;
- правил техніки безпеки та профілактики травматизму під час навчальних та тренувальних занять з боротьби;
- методики фізичної підготовки у спортивній боротьбі: добору засобів та методів розвитку фізичних якостей борця відповідно до специфіки виду боротьби та контингенту учнів;

- принципів та методів добору тренувальних навантажень в спортивній боротьбі, методики управління тренувальними навантаженнями;
- правил та принципів побудови навчальних та навчально-тренувальних занять у спортивній боротьбі;
- принципів та методів побудови багаторічного процесу спортивної підготовки борця на різних етапах тренувань.

вміти:

- виконати технічно вірно основні техніко-тактичні прийоми спортивної боротьби;
- навчити техніці рухових дій борця, добрати раціональні засоби та методи навчання техніці, відповідно до контингенту учнів;
- здійснювати страховку та самостраховку під час навчальних та навчально-тренувальних занять;
- раціонально добирати методи та засоби розвитку фізичних якостей борця, відповідно до контингенту учнів;;
- раціонально планувати навчальні та тренувальні навантаження та управляти ними на уроці фізичної культури та в процесі спортивної підготовки борця;
- складати план начально-тренувального заняття, мікро-, мезо- та макроциклу підготовки борця на різних етапах тренувань;

5. Статус у навчальному плані.

Варіативна навчальна дисципліна вільного вибору студентів із циклу професійних компетентностей.

6. Лектор: кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри спорту, Заслужений тренер України, Майстер спорту СРСР Тупеев Ю.В.

7. Форми і методи навчання: Лекційні та практичні заняття з використанням традиційних методів, інтерактивної методики та комп'ютерної техніки, індивідуальна робота, самостійна робота.

8. Форми організації контролю знань та система оцінювання.

Поточний та підсумковий контроль здійснюється у вигляді комп'ютерних тестів на освітньому просторі університету.

Для оцінювання використовується національна чотирибальна шкала: відмінно, добре, задовільно, незадовільно; європейська шкала: А, В, С, D, E, FX.

9. Мова викладання: українська.

36. Настільний теніс

1. Ідентифікація

Шифр. 2.2.16.	Характеристика навчального курсу
<p><i>Кількість кредитів відповідних ECTS: 6</i></p> <p><i>Загальна кількість годин: 180 год.</i></p> <p><i>Тижневих годин: 2</i></p>	<p>Варіативна навчальна дисципліна вільного вибору студентів</p> <p>Курс: 3</p> <p>Семестр: 6</p> <p>Лекції: 6 год.</p> <p>Практичні заняття: 54 год.</p> <p>Самостійна робота: 120 год.</p> <p>Вид контролю:</p>

2. Мета курсу: Професійна підготовка студентів до практичної діяльності в якості тренера в учбових закладах.

3. Опис курсу.

Тема 1. Теоретичні аспекти гри в настільний теніс.

Тема 2. Історія розвитку настільного тенісу та його рекорди.

Історичний огляд виникнення та розвитку гри. Розвиток і формування особливостей гри.

Етапи розвитку та удосконалення настільного тенісу. Рекорди в настільному тенісі.

Тема 3. Правила гри в настільний теніс. Рахунок. Техніка безпеки.

Правила змагань. Вимоги до обладнання та інвентарю. Правила гри, термінологія.

Особливості парної гри. Системи проведення змагань. Техніка безпеки.

Тема 4. Загальна фізична підготовка. Спеціальна фізична підготовка.

Тема 5. Загальна фізична підготовка.

Розвиток фізичних якостей: швидкості, спритності, сили, гнучкості та витривалості.

Тема 6. Спеціальна фізична підготовка.

Розвиток фізичних якостей необхідних при грі в настільний теніс.

Тема 7. Методика навчання гри в настільний теніс.

Тема 8. Основні стійки та початкові рухи. Техніка пересувань.

Основні стійки та початкові рухи. Роль ніг, тулуба та м'язів черевного пресу при ударах.

Однокрокове пересування. Приставні кроки. Стрибки, Приставні кроки з випадками.

Перехресні кроки. Значення техніки пересувань. Вимоги до техніки пересувань. Способи тримання ракетки

Тема 9. Вивчення техніки ударів гри в настільний теніс.

Роль обертання м'яча. Визначальні фактори обертання м'яча. Удари, застосовані в настільному тенісі. Характеристика ударів. Ознайомлення з основними видами подач.

Тема 10. Тактика гри в настільний теніс.

Тема 11. Тактика одиночних ігор.

Основи тактичних дій при одиночній грі: з ближньої зони, із середньої зони.

Комбінації тактичних дій: на своїй подачі, на прийомі подачі суперника.

Тема 12. Тактика парних ігор.

Основи тактичних дій при парній грі: з ближньої зони, із середньої зони.

Комбінації тактичних дій: на своїй подачі, на прийомі подачі суперника.

Тема 13. Тренувальні ігри. Контроль та самоконтроль при заняттях настільним тенісом.

Тема 14. Практичне засвоєння вивчених технічних прийомів.

Засвоєння вивчених прийомів настільного тенісу на змаганнях.

Тема 15. Виконання техніко-тактичних прийомів і комбінацій під час гри.

Засвоєння вивчених техніко-тактичних прийомів на змаганнях з настільного тенісу.

Тема 16. Контроль та самоконтроль.

Значення та зміст медичного контролю. Самоконтроль, щоденник самоконтролю.

4. Завдання курсу:

У результаті вивчення курсу студенти повинні:

знати:

- теоретичні основи гри в настільний теніс;
- методику проведення навчально-тренувальних занять з настільного тенісу;
- правила та проведення змагань з настільного тенісу

вміти:

- виконання технічних прийомів в захисті;

- виконання технічних прийомів в нападі;
- виконання тактичної дії у грі в настільний теніс;

5. Статус у навчальному плані.

Варіативна навчальна дисципліна вільного вибору студентів

6. Лектор: Тіхоміров А.І. – доцент, майстер спорту СРСР.

7. Форми і методи навчання: Лекційні та практичні заняття з використанням традиційних методів, інтерактивних методик та комп'ютерної техніки, самостійна робота.

8. Форми організації контролю знань та система оцінювання.

Поточний та підсумковий контроль здійснюється у вигляді комп'ютерних тестів на освітньому просторі університету.

Для оцінювання використовується національна чотирибальна шкала: відмінно, добре, задовільно, незадовільно; європейська шкала: А, В, С, D, E, FХ.

9. Мова викладання: українська

37. Методика проведення секційних занять з гімнастики

1. Ідентифікація

Шифр. 2.2.17.	Характеристика навчального курсу
<p><i>Кількість кредитів відповідних ECTS:6</i> <i>Загальна кількість годин: 180 год.</i> <i>Тижневих годин: 2</i></p>	<p>Варіативна навчальна дисципліна вільного вибору студентів Курс: 3 Семестр: 6 Лекції: 6 год. Практичні заняття: 54 год. Самостійна робота: 120 год. Вид контролю:</p>

2. Мета курсу: формування фахово-педагогічних знань, умінь і навичок, які будуть необхідні для практичної діяльності в різних ланках системи фізичної культури і спорту.

3. Опис курсу.

Тема 1. Вправи для загального розвитку. Стройові вправи.

Тема 2. Методика навчання стройовим вправам.

Тема 3. Методика навчання вправам для загального розвитку.

Тема 4. Техніка виконання та методика навчання гімнастичним вправам.

Тема 5. Техніка виконання вправ на гімнастичних снарядах.

Тема 6. Методика навчання основним гімнастичним елементам.

Тема 7. Методика складання вільних вправ.

Тема 8. Страхування й допомога при виконанні вправ на гімнастичних снарядах.

Тема 9. Організація та методика секційних занять з гімнастики.

Тема 10. Організація та методика проведення секційних занять з гімнастики. Особливості проведення підготовчої, основної та заключної частин тренувального заняття з гімнастики.

Тема 11. Організація та проведення змагань з гімнастики.

Тема 12. Організація та проведення змагань з гімнастики.

Тема 13. Особливості суддівства масових змагань з гімнастики.

4. Завдання курсу.

У результаті вивчення курсу студенти повинні:

знати :

- техніку безпеки під час проведення навчально-тренувальних занять та змагань з гімнастики;
- принципи, методи та засоби спортивної підготовки в спортивній гімнастиці;

- основи змагальної діяльності в спортивній гімнастиці;
- методику організації та проведення секційних занять у загальноосвітніх закладах;
- методику організації змагнь, правила змагань з гімнастики та методику суддівства;

уміти :

- навчити дітей техніці гімнастичних вправ;
- провести секційні заняття з гімнастики у секціях та гуртках навчальних закладів;
- організувати та провести дитячі змагання з гімнастики; виконувати обов'язки судді зі спортивної гімнастики.

5. Статус у навчальному плані.

Варіативна навчальна дисципліна вільного вибору студентів

6. Лектор: Борецька Наталія Олександрівна, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури, кандидат наук з державного управління

7. Форми і методи навчання: Лекційні та практичні заняття з використанням традиційних методів, інтерактивних методик та комп'ютерної техніки, самостійна робота.

8. Форми організації контролю знань та система оцінювання.

Поточний та підсумковий контроль здійснюється у вигляді комп'ютерних тестів на освітньому просторі університету.

Для оцінювання використовується національна чотирибальна шкала: відмінно, добре, задовільно, незадовільно; європейська шкала: А, В, С, D, E, FХ.

9. Мова викладання: українська