

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МИКОЛАЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ В. О. СУХОМЛИНСЬКОГО**

**Факультет фізичної культури та спорту
Кафедра теорії та методики фізичної культури**



ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор із науково-педагогічної
роботи _____

О. А. Кузнецова

27 серпня 2019 р.

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
ТЕОРІЯ СПОРТИВНОГО ВІДБОРУ**

Ступінь магістра

Галузь знань 01 Освіта / Педагогіка

спеціальність 014 «Середня освіта»

014.11 Середня освіта (Фізична культура)

2019/2020 навчальний рік

Розробник: Лісенчук Геннадій Анатолійович, професор кафедри теорії та методики фізичної культури, доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор.

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри теорії та методики фізичної культури.

Протокол від « 27 » серпня 2019 року № 1

Завідувач кафедри *О. М. Литвиненко* (Литвиненко О. М.)

1. Опис навчальної дисципліни

| Найменування показників | Галузь знань, освітній ступінь | Характеристика навчальної дисципліни | |
|--|---|--------------------------------------|---|
| | | <i>денна форма навчання</i> | |
| Кількість кредитів – 4 | 01 Освіта / Педагогіка | Нормативна | |
| Індивідуальне науково-дослідне завдання – моделювання як головна складова формування тренувального | спеціальність 014.11 Середня освіта (Фізична культура) | Рік підготовки - 2 | |
| | | <i>Семестр</i> | |
| | | 3-й | - |
| | | <i>Лекції</i> | |
| Загальна кількість годин - 120 | ступінь магістра | 4 год. | - |
| | | <i>Практичні</i> | |
| 20 год. | | - | |
| <i>Лабораторні</i> | | | |
| - | | - | |
| <i>Самостійна робота</i> | | | |
| 96 год. | | - | |
| Вид контролю: | | | |
| <i>екзамен</i> | | - | |
| Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 2 самостійної роботи студента – 7 | | | |

Мова навчання – українська.

Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної та індивідуальної роботи становить: для денної форми навчання 120 год., з них - 24 год. – аудиторні заняття, 96 год. – самостійна робота (20%/80%).

| Найменування показників | Галузь знань, освітній ступінь | Характеристика навчальної дисципліни | |
|--|---|--------------------------------------|---|
| | | <i>заочна форма навчання</i> | |
| Кількість кредитів – 4 | 01 Освіта / Педагогіка | Нормативна | |
| Індивідуальне науково-дослідне завдання – моделювання як головна складова формування тренувального | спеціальність 014.11 Середня освіта (Фізична культура) | Рік підготовки - 2 | |
| | | <i>Семестр</i> | |
| | | 3-й | - |
| | | <i>Лекції</i> | |
| Загальна кількість годин - 120 | | 4 год. | - |
| | | <i>Практичні</i> | |
| | ступінь магістра | 20 год. | - |
| | | <i>Лабораторні</i> | |
| | | - | - |
| | | <i>Самостійна робота</i> | |
| | | 96 год. | - |
| | | Вид контролю: | |
| | | <i>екзамен</i> | - |

Мова навчання – українська.

Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної та індивідуальної роботи становить: для заочної форми навчання – 24 год. – аудиторні заняття, 96 год. – самостійна робота (20% / 80 %).

2. Мета, завдання навчальної дисципліни та результати навчання

Мета курсу - формування у студентів конкретних знань і умінь, необхідних для успішної практичної діяльності з фізичного виховання, в умовах інтенсифікації фізичних навантажень, ранньої спеціалізації і омолодження спорту в цілому знову зростає роль відбору в спорті, за допомогою якого виявляються здібності дітей, підлітків та юнаків для спеціалізації в певному виді спорту або в групі видів спорту, впровадження здорового способу життя і позакласної роботи згідно навчальних програм і закону України «Про фізичну культуру і спорт».

Завдання курсу:

- формування основ теоретичних знань для подальшого засвоєння методики фізичного виховання та спортивного відбору;
- поглиблене вивчення специфіки відбору за видами спорту;
- освоєння способів і засобів проведення спортивного відбору і прогнозування спортивних досягнень;
- основ відбору та прогнозування вищих спортивних досягнень;
- ознайомлення з основами моделювання спортивних досягнень.
- сприяння соціальному формуванню особистості;
- виховання працелюбності, наполегливості, витримки, сили волі;
- почуття патріотизму.

Передумови для вивчення дисципліни. Попередніми дисциплінами, на яких ґрунтується дисципліна є педагогіка, психологія, спортивні ігри та методика викладання, гімнастика та методика викладання, фізіологія людини, олімпійський та професійний спорт.

Навчальна дисципліна складається із 4 кредитів ЕКТС.

Очікувані результати навчання:

ПРН3. Демонструє уміння планувати, чітко формулювати цілі, застосовувати різноманітні методики, технології, які сприятимуть ефективній організації навчально-виховного процесу.

ПРН 7. Здатен приймати рішення в складних і непередбачуваних умовах, що потребує застосування нових підходів та прогнозування.

ПРН 8. Демонструє уміння у розробці навчально-методичних матеріалів (робочих програм, навчально-тематичних планів) на основі освітнього стандарту та зразкових програм з урахуванням виду освітньої установи, особливостей класу / групи та окремих учнів.

ПРН 10. Здатний до професійної самоосвіти, особистісного зростання, проектування подальших освітніх траєкторій

ПРН 11. Вміє аналізувати, систематизувати та узагальнювати результати наукових досліджень у сфері освіти.

ПРН 13. Здатний аналізувати, систематизувати та узагальнювати результати наукових досліджень у сфері вищої освіти.

ПРН 16. Володіти методиками навчання руховим діям та розвитку фізичних якостей студентів; працювати з документами планування (навчальний план, навчальна програма, робоча програма та ін.).

ПРН 17. Використовувати в професійній діяльності актуальні прийоми навчання і виховання, різноманітні форми комунікації і активізації учнів в процесі занять фізичним вихованням.

ПРН 18. 1. Виконувати інформаційний пошук першоджерел і наукової та навчальної літератури з розглядуваної проблеми в бібліотеках з відкритим доступом та комп'ютерних мережах.

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студент оволодіває такими компетентностями:

I. Загальнопредметні:

ЗК-6. Здатність формувати ресурсно-інформаційні бази для здійснення практичної діяльності в різних сферах

ЗК-7. Здатність самостійно здобувати й використовувати, у тому числі за допомогою інформаційних технологій, нові знання й уміння, безпосередньо не пов'язані зі сферою професійної діяльності

II. Фахові:

ФК 1. Здатність до ділових комунікацій у професійній сфері, знання основ ділового спілкування; здійснювати професійну комунікацію в усній і письмовій формах українською та іноземною мовами для вирішення завдань професійної діяльності.

ФК 2. Здатність використовувати знання сучасних проблем науки й освіти під час вирішенні професійних завдань;

ФК 3. Здатність здійснювати професійну й особистісну самоосвіту, проектувати подальші освітні маршрути й професійну кар'єру.

ФК 4. Застосовувати сучасні методики й технології організації освітньої діяльності, діагностики й оцінювання якості освітнього процесу з різних освітніх програм.

ФК 5. Готовність до розробки й реалізації методичних моделей, методики, технологій і прийомів навчання, до аналізу результатів процесу їхнього використання в організаціях, що здійснюють освітню діяльність.

ФК 6. Готовність до систематизації, узагальнення й поширення вітчизняного й закордонного методичного досвіду в професійній області.

ФК 7. Здатність виконувати наукові дослідження й використати їхні результати з метою підвищення ефективності тренувального процесу.

ФК 8. Здатність розробляти цільові тренувальні програми й плани підготовки спортсменів різної кваліфікації.

ФК 9. Здатність розробляти плани, програми й методики проведення досліджень в області фізичної культури й спорту, самостійно здійснювати наукове дослідження.

ФК 10. Здатність аналізувати й проектувати на сучасному рівні освітній процес, науково-дослідну, організаційно-управлінську, спортивну, фізкультурно-оздоровчу діяльність, у тому числі в умовах інклюзивної освіти.

ФК 11. Здатність проектувати форми й методи контролю якості освіти, різні види контрольно-вимірjuвальних матеріалів, у тому числі з використанням інформаційних технологій з врахуванням вітчизняного й закордонного досвіду в сфері фізичної культури й спорту.

3. Програма навчальної дисципліни

Кредит 1. Відбір і орієнтація спортсменів у системі багаторічної підготовки.

Тема 1. Основи спортивного відбору.

Тема 2. Зв'язок відбору та орієнтації з етапами багаторічної підготовки

Тема 3. Критерії відбору в різних видах спорту.

Кредит 2. Основи управління в системі підготовки спортсменів.

Тема 4. Етапне управління

Тема 5. Поточне управління.

Тема 6. Оперативне управління

Кредит 3. Моделювання в системі підготовки спортсменів.

Тема 4. Основи моделювання в спорті.

Тема 5. Моделювання змагальної діяльності і підготовленості в залежності від індивідуальних особливостей спортсменів.

Кредит 4. Прогнозування в системі підготовки спортсменів.

Тема 9. Основи прогнозування в спорті. Короткострокове і середньострокове прогнозування.

Тема 10. Довгострокове і наддовгострокове прогнозування.

4. Структура навчальної дисципліни

Денна форма навчання

| Назва кредитів і тем | Денна форма | | | | | |
|---|-------------|--------------|-----------|----------|----------|-----------|
| | Усього | у том числі: | | | | |
| | | лекції | практ. | Лаб. | Інд. | сам.роб. |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Кредит 1. Відбір і орієнтація спортсменів в системі багаторічної підготовки. | | | | | | |
| Тема 1. Основи спортивного відбору. | 10 | 2 | 2 | - | - | 6 |
| Тема 2. Зв'язок відбору та орієнтації з етапами багаторічної підготовки | 10 | - | 2 | - | - | 8 |
| Тема 3. Критерії відбору в різних видах спорту. | 10 | - | 2 | - | - | 8 |
| Кредит 2. Основи управління в системі підготовки спортсменів. | | | | | | |
| Тема 4. Етапне управління | 10 | 2 | 2 | - | - | 6 |
| Тема 5. Поточне управління. | 10 | - | 2 | - | - | 8 |
| Тема 6. Оперативне управління | 10 | - | 2 | - | - | 8 |
| Кредит 3. Моделювання в системі підготовки спортсменів. | | | | | | |
| Тема 4. Основи моделювання в спорті. | 14 | - | 2 | - | - | 12 |
| Тема 5. Моделювання змагальної діяльності і підготовленості в залежності від індивідуальних особливостей спортсменів. | 16 | - | 2 | - | - | 14 |
| Кредит 4. Прогнозування в системі підготовки спортсменів. | | | | | | |
| Тема 9. Основи прогнозування в спорті. Короткострокове і середньострокове прогнозування. | 14 | - | 2 | - | - | 12 |
| Тема 10. Довгострокове і наддовгострокове прогнозування. | 16 | - | 2 | - | - | 14 |
| Всього годин за рік: | 120 | 4 | 20 | - | - | 96 |

Заочна форма навчання

| Назва кредитів і тем | Заочна форма | | | | | |
|---|--------------|--------------|--------|------|------|----------|
| | Усього | у том числі: | | | | |
| | | лекції | практ. | Лаб. | Інд. | сам.роб. |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Кредит 1. Відбір і орієнтація спортсменів в системі багаторічної підготовки. | | | | | | |
| Тема 1. Основи спортивного відбору. | 10 | 2 | 2 | - | - | 6 |
| Тема 2. Зв'язок відбору та орієнтації з етапами багаторічної підготовки | 10 | - | 2 | - | - | 8 |
| Тема 3. Критерії відбору в різних видах спорту. | 10 | - | 2 | - | - | 8 |

| Кредит 2. Основи управління в системі підготовки спортсменів. | | | | | | |
|---|------------|----------|-----------|----------|----------|-----------|
| Тема 4. Етапне управління | 10 | 2 | 2 | - | - | 6 |
| Тема 5. Поточне управління. | 10 | - | 2 | - | - | 8 |
| Тема 6. Оперативне управління | 10 | - | 2 | - | - | 8 |
| Кредит 3. Моделювання в системі підготовки спортсменів. | | | | | | |
| Тема 4. Основи моделювання в спорті. | 14 | - | 2 | - | - | 12 |
| Тема 5. Моделювання змагальної діяльності і підготовленості в залежності від індивідуальних особливостей спортсменів. | 16 | - | 2 | - | - | 14 |
| Кредит 4. Прогнозування в системі підготовки спортсменів. | | | | | | |
| Тема 9. Основи прогнозування в спорті. Короткострокове і середньострокове прогнозування. | 14 | - | 2 | - | - | 12 |
| Тема 10. Довгострокове і наддовгострокове прогнозування. | 16 | - | 2 | - | - | 14 |
| Всьогогодинзарік: | 120 | 4 | 20 | - | - | 96 |

5. Теми лекційних занять

Денна форма навчання

| №з/п | Назватеми | Кількість годин |
|---|-------------------------------------|-----------------|
| Кредит 1. Відбір і орієнтація спортсменів в системі багаторічної підготовки. | | |
| 1 | Тема 1. Основи спортивного відбору. | 2 |
| Кредит 2. Основи управління в системі підготовки спортсменів | | |
| 2 | Тема 4. Етапне управління | 2 |
| | Усьогогодинзарік: | 4 |

Заочна форма навчання

| №з/п | Назватеми | Кількість годин |
|---|-------------------------------------|-----------------|
| Кредит 1. Відбір і орієнтація спортсменів в системі багаторічної підготовки. | | |
| 1 | Тема 1. Основи спортивного відбору. | 2 |
| Кредит 2. Основи управління в системі підготовки спортсменів | | |
| 2 | Тема 4. Етапне управління | 2 |
| | Усьогогодинзарік: | 4 |

6. Теми практичних занять

Денна форма навчання

| №з/ п | Назва теми | Кількість годин |
|---|---|--------------------|
| Кредит 1. Відбір і орієнтація спортсменів в системі багаторічної підготовки. | | |
| 1 | Тема 1. Основи спортивного відбору. | 2 |
| 2 | Тема 2. Зв'язок відбору та орієнтації з етапами багаторічної підготовки | 2 |
| 3 | Тема 3. Критерії відбору в різних видах спорту. | 2 |
| Кредит 2. Основи управління в системі підготовки спортсменів | | |
| 4 | Тема 4. Етапне управління | 2 |
| 5 | Тема 5. Поточне управління. | 2 |
| 6 | Тема 6. Оперативне управління | 2 |
| Кредит 3. Моделювання в системі підготовки спортсменів. | | |
| 7 | Тема 4. Основи моделювання в спорті. | 2 |
| 8 | Тема 5. Моделювання змагальної діяльності і підготовленості в залежності від індивідуальних особливостей спортсменів. | 2 |
| Кредит 4. Прогнозування в системі підготовки спортсменів. | | |
| 9 | Тема 9. Основи прогнозування в спорті. Короткострокове і середньострокове прогнозування. | 2 |
| 10 | Тема 10. Довгострокове і наддовгострокове прогнозування. | 2 |
| Усього годин зарік: | | 20 |

Заочна форма навчання

| №з/ п | Назва теми | Кількість годин |
|---|---|--------------------|
| Кредит 1. Відбір і орієнтація спортсменів в системі багаторічної підготовки. | | |
| 1 | Тема 1. Основи спортивного відбору. | 2 |
| 2 | Тема 2. Зв'язок відбору та орієнтації з етапами багаторічної підготовки | 2 |
| 3 | Тема 3. Критерії відбору в різних видах спорту. | 2 |
| Кредит 2. Основи управління в системі підготовки спортсменів | | |
| 4 | Тема 4. Етапне управління | 2 |
| 5 | Тема 5. Поточне управління. | 2 |
| 6 | Тема 6. Оперативне управління | 2 |
| Кредит 3. Моделювання в системі підготовки спортсменів. | | |
| 7 | Тема 4. Основи моделювання в спорті. | 2 |
| 8 | Тема 5. Моделювання змагальної діяльності і підготовленості в залежності від індивідуальних особливостей спортсменів. | 2 |
| Кредит 4. Прогнозування в системі підготовки спортсменів. | | |

| | | |
|----|--|-----------|
| 9 | Тема 9. Основи прогнозування в спорті. Короткострокове і середньострокове прогнозування. | 2 |
| 10 | Тема 10. Довгострокове і наддовгострокове прогнозування. | 2 |
| | Усьогогодинзарік: | 20 |

7. Теми лабораторних занять

| № з/п | Назва | Кількість годин |
|-----------------------|-------|-----------------|
| Не передбачено | | |

8. Самостійна робота

Денна форма навчання

| №з/п | Назватем | |
|---|---|-----------|
| Кредит 1. Відбір і орієнтація спортсменів в системі багаторічної | | |
| 1 | Тема 1. Основи спортивного відбору. | 6 |
| 2 | Тема 2. Зв'язок відбору та орієнтації з етапами багаторічної підготовки | 8 |
| 3 | Тема 3. Критерії відбору в різних видах спорту. | 8 |
| Кредит 2. Основи управління в системі підготовки спортсменів | | |
| 4 | Тема 4. Етапне управління | 6 |
| 5 | Тема 5. Поточне управління. | 8 |
| 6 | Тема 6. Оперативне управління | 8 |
| Кредит 3. Моделювання в системі підготовки спортсменів. | | |
| 7 | Тема 4. Основи моделювання в спорті. | 12 |
| 8 | Тема 5. Моделювання змагальної діяльності і підготовленості в залежності від індивідуальних особливостей спортсменів. | 14 |
| Кредит 4. Прогнозування в системі підготовки спортсменів. | | |
| 9 | Тема 9. Основи прогнозування в спорті. Короткострокове і середньострокове прогнозування. | 12 |
| 10 | Тема 10. Довгострокове і наддовгострокове прогнозування. | 14 |
| | Усьогогодинзарік: | 96 |

Заочна форма навчання

| №з/п | Назватеми | Кількість годин |
|---|---|-----------------|
| Кредит 1. Відбір і орієнтація спортсменів в системі багаторічної підготовки. | | |
| 1 | Тема 1. Основи спортивного відбору. | 6 |
| 2 | Тема 2. Зв'язок відбору та орієнтації з етапами багаторічної підготовки | 8 |
| 3 | Тема 3. Критерії відбору в різних видах спорту. | 8 |
| Кредит 2. Основи управління в системі підготовки спортсменів | | |
| 4 | Тема 4. Етапне управління | 6 |
| 5 | Тема 5. Поточне управління. | 8 |
| 6 | Тема 6. Оперативне управління | 8 |
| Кредит 3. Моделювання в системі підготовки спортсменів. | | |
| 7 | Тема 4. Основи моделювання в спорті. | 12 |
| 8 | Тема 5. Моделювання змагальної діяльності і підготовленості в залежності від індивідуальних особливостей спортсменів. | 14 |
| Кредит 4. Прогнозування в системі підготовки спортсменів. | | |
| 9 | Тема 9. Основи прогнозування в спорті. Короткострокове і середньострокове прогнозування. | 12 |
| 10 | Тема 10. Довгострокове і наддовгострокове прогнозування. | 14 |
| | Усьогогодинзарік: | 96 |

9. Індивідуально-дослідне завдання.

Підготувати ІНДЗ та оформити завдання у вигляді презентації на одне з тем: "Моделювання як головна складова формування тренувального процесу".

Загальні вимоги до виконання індивідуального завдання

Індивідуальні завдання виконуються студентом на аркуші А4 в звичайній письмовій формі чи комп'ютерному наборі.

Вимоги до оформлення друкованого варіанту індивідуального завдання: шрифт - 14 кегль; інтервал - 1,5; поля: верхнє, нижнє – 2 см, лівє – 3 см, правє – 1,5 см.

Вимоги до виконання окремих видів індивідуальних завдань:

Підбір літератури з визначеної проблеми – список, повинен містити перелік спеціальної літератури (монографії, статті у наукових виданнях) та публікації з проблеми в ЗМІ (усього до 10-15 позицій). Оформлення, наприклад: Черненко Д.Н. Масовий спорт : навчальний посібник. Київ : Олімпійська література, 2017. 368 с

10. Форми роботи та критерії оцінювання

Рейтинговий контроль знань студентів здійснюється за 100-бальною шкалою.

Шкала оцінювання: національна та ЕКТС

| Сума балів за всі види навчальної діяльності | Оцінка ЕКТС | Оцінка за національною шкалою | |
|--|-------------|-------------------------------|-----------------------|
| | | для екзамену | для заліку |
| A | 90 - 100 | 5 (відмінно) | 5 /відм./ зараховано |
| B | 80 - 89 | 4 (добре) | 4 /добре/ зараховано |
| C | 65 - 79 | | |
| D | 55 - 64 | 3 (задовільно) | 3 /задов./ зараховано |
| E | 50 - 54 | | |

| | | | |
|----|---------|------------------|---------------|
| FX | 35 - 49 | 2 (незадовільно) | Не зараховано |
|----|---------|------------------|---------------|

Критерії оцінювання знань та вмінь студентів на заняттях

Студенту виставляється «відмінно». Студент вільно володіє навчальним матеріалом на підставі вивченої основної та додаткової літератури, аргументовано висловлює свої думки, проявляє творчий підхід до виконання індивідуальних та колективних завдань при самостійній роботі.

Студенту виставляється «дуже добре». Студент володіє обсягом навчального матеріалу, здатний його аналізувати, має добрі знання та вміння для формулювання висновків, але допускає несуттєві неточності.

Студенту виставляється «добре». Студент володіє певним обсягом навчального матеріалу, здатний його аналізувати, але не має достатніх знань та вмінь для формулювання висновків, допускає неточності.

Студенту виставляється «задовільно». Студент володіє навчальним матеріалом на репродуктивному рівні або володіє частиною навчального матеріалу, уміє використовувати знання у стандартних ситуаціях.

Студенту виставляється «мінімально задовільно». Студент володіє навчальним матеріалом поверхово й фрагментарно.

Критеріями оцінювання самостійної роботи є: здатність проводити критичну та незалежну оцінку певних проблемних питань; вміння пояснювати альтернативні погляди та наявність власної точки зору, позиції на певне проблемне питання; застосування аналітичних підходів; якість і чіткість викладення міркувань; логіка, структуризація та обґрунтованість висновків щодо конкретної проблеми; самостійність виконання роботи; грамотність подачі матеріалу; використання методів порівняння, узагальнення понять та явищ; оформлення роботи. *Реферативні дослідження*, які виконує студент за визначеною тематикою, обговорюються та захищаються на практичних заняттях або під час контролю за самостійною роботою студента. За один кредит студент може виконати лише одне реферативне дослідження або підготувати одну презентацію.

Максимально можливий бал за конкретним завданням ставиться за умови відповідності виконаного завдання студента або його усної відповіді всім зазначеним критеріям. Відсутність тієї або іншої складової знижує кількість балів.

Кількість балів у кінці семестру повинна складати від 200 до 400 балів (за 4 кредити), тобто сума балів за виконання усіх завдань.

Відповідний розподіл балів, які отримують студенти за 4 крд.

| Поточне оцінювання та самостійна робота | | | | | | | | | | КР | Накопичувальні бали/сума |
|---|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|----|--------------------------|
| T1 | T2 | T3 | T4 | T5 | T6 | T7 | T8 | T9 | T10 | 50 | 400/100* |
| 30 | 30 | 40 | 45 | 10 | 45 | 35 | 65 | 35 | 15 | | |

*Примітка. Коефіцієнт для іспиту – 0,6. Іспит оцінюється в 40 б.

11. Засоби діагностики успішності навчання

Засобами діагностики та методами демонстрування результатів навчання є: завдання до практичних занять, завдання для самостійної та індивідуальної роботи (зокрема есе, реферати), презентації результатів досліджень, тестові завдання, контрольні роботи.

12. Методи навчання

Із метою забезпечення максимального засвоєння студентами матеріалу курсу використовуються наступні методи навчання:

- словесні (лекція-монолог, лекція-діалог, бесіда);
- метод проблемного викладу матеріалу;
- наочні (презентація, ілюстрація, демонстрація);
- метод стимулювання і мотивації навчально-пізнавальної діяльності;

- методи усного, письмового, тестового контролю та самоконтролю.

13.Рекомендованалітература Основна

1. Волков Л.В. Теорія і методика дитячого та юнацького спорту : підручник. Вид. 2-е, пер. і доп. Київ : Освіта України, 2016. 464 с.
2. Сергієнко Л. П. Спортивний відбір: теорія та практика : підручник : у 2-х кн. / Л. П. Сергієнко. Т. : Навчальна книга. Богдан, 2016. Кн. 1. 672 с.
3. Сергієнко Л. П. Спортивний відбір: теорія та практика : підручник : у 2-х кн. / Л. П. Сергієнко. Т. : Навчальна книга. Богдан, 2016. Кн. 2. 784 с.
4. Сергієнко Л. П. Теорія та методика дитячого та юнацького спорту : підручник. Київ : Кондор, 2016. 540 с.

Допоміжна

1. Csajági E. Comparison of left and right ventricular adaptation in endurance-trained male athletes / E. Csajági, Z. Major, Z. Kneffel, T. Kováts, I. Szauder, Z. Sidó, G. Pavlik // Acta Physiologica Hungarica. – 2015. – № 120 (1). – P. 23–33.
2. Di Blasio A. Acute and delayed effects of high-intensity interval resistance training organization on cortisol and testosterone production / A. Di Blasio, P. Izzicupo, L. Tacconi, S. Di Santo, M. Leogrande, I. Bucci, P. Ripari, A. Di Baldassarre, G. Napolitano // J Sports Med Phys Fitness. – 2014. – № 6. – P. 685–689.

14.Інформаційніресурси

1. <https://www.researchgate.net>
2. <https://works.doklad.ru>