МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ ТА НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ КОРАБЛЕБУДУВАННЯ
імені адмірала Макарова
Навчально-науковий гуманітарний інститут
Кафедра теоретичних основ олімпійського та професійного спорту

Код РПНД –

ЗАТВЕРДЖЕНО
Проректор з науково-педагогічної роботи
_____ Сергій СЛОБОДЯН

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
Program of the Discipline

ВИКОРИСТАННЯ ТРЕНАЖЕРНИХ ПРИСТРОЇВ В СПОРТІ
The use of exercise equipment in sports

рівень вищої освіти другий (магістерський)

тип дисципліни вибіркова

мова викладання українська

Миколаїв – 2023 р.

Робоча програма навчальної дисципліни *«ВИКОРИСТАННЯ ТРЕНАЖЕРНИХ ПРИСТРОЇВ В СПОРТІ»*

«4» квітня 2023 року. 14 с.

Розробник: *Сокол О. В., доцент НУК, старший викладач кафедри теоретичних основ олімпійського та професійного спорту.*

Проєкт робочої програми навчальної дисципліни *«ВИКОРИСТАННЯ ТРЕНАЖЕРНИХ ПРИСТРОЇВ В СПОРТІ»* розглянуто на засіданні *кафедри теоретичних основ олімпійського та професійного спорту*

Протокол №8 від «6» квітня 2023 р.

Завідувач кафедри Ольга КУВАЛДІНА

Проєкт робочої програми навчальної дисципліни *«ВИКОРИСТАННЯ ТРЕНАЖЕРНИХ ПРИСТРОЇВ В СПОРТІ»* розглянуто Методичною комісією *Навчально-наукового гуманітарного інституту*

Протокол №8 від «14» квітня 2023 р.

Голова Олег БОБІНА

Проєкт робочої програми навчальної дисципліни *«ВИКОРИСТАННЯ ТРЕНАЖЕРНИХ ПРИСТРОЇВ В СПОРТІ»* погоджено з навчальним відділом

Начальник відділу Андрій ЛАБАРТКАВА

Робоча програма навчальної дисципліни *«ВИКОРИСТАННЯ ТРЕНАЖЕРНИХ ПРИСТРОЇВ В СПОРТІ»* затверджено Навчально-методичною радою НУК

Протокол №3 від «26» квітня 2023 р.

Голова НМР НУК Євген ТРУШЛЯКОВ

© НУК, 2023

ЗМІСТ

Вступ 4
1. Опис навчальної дисципліни 6
2. Мета вивчення навчальної дисципліни 6
3. Передумови для вивчення дисципліни 6
4. Очікувані результати навчання 6
5. Програма навчальної дисципліни 7
6. Методи навчання, засоби діагностики результатів навчання та методів їх демонстрування 10
7. Форми поточного та підсумкового контролю 10
8. Критерії оцінювання результатів навчання 13
9. Рекомендовані джерела інформації 13

ВСТУП

Анотація

Одна з головних завдань сучасної науки - продовження людського життя. Здоров'я людини в сучасному гуманістичному суспільстві являє собою найвищу цінність і залежить від цілого ряду об'єктивних і суб'єктивних факторів. Тому важливо зазначити, що Концепція розвитку фізичної культури і спорту в Україні серед цілей, завдань і принципів містить напрямки підвищення якості фізичного виховання, проведення моніторингу фізичної підготовки та фізичного розвитку дітей і молоді. Найважливішим завданням виховання і освіти підростаючого покоління, вирішальною умовою формування нового рівня культури життєдіяльності населення, є цілеспрямоване та інтенсивне освоєння дітьми та підлітками цінностей національної та світової культури фізичної активності, актуалізованих в здоровому стилі життя.

Фізична активність, як і будь-яка людська діяльність, не існує інакше, як у формі дії так і в цілі цієї дії. Умови і способи організації фізичної активності справляють істотний вплив на її формування. Застосування тренажерів у заняттях фізичною культурою слід розглядати, як компонент, що виконує функцію ініціації фізичної активності. Сучасний розвиток техніки зумовлює появу все більшої кількості видів спортивних тренажерів, які забезпечують широкий спектр занять фізичною культурою і спортом.

Курс «Використання тренажерних пристроїв в спорті» формує у студентів розуміння зв'язку між використанням традиційних засобів теорії і методики фізичного виховання і спортивного тренування і тренажерами як однією з умов для підвищення ефективності фізичного виховання і тренування; ознайомлює з біомеханічними особливостями конструкцій тренажерів для формування рухових навичок, розвитку фізичних якостей і відновлення втрачених форм і функцій організму і використанням різного роду тренажерів і технічних засобів.

Ключові слова: тренажери, тренувальні пристрої, тренувальний процес, технічні засоби.

Abstract

One of the main tasks of modern science is the continuation of human life. Human health in today's humanistic society is of the highest value and depends on a number of objective and subjective factors. Therefore, it is important to note that the Concept of Development of Physical Culture and Sports in Ukraine among its goals, objectives and principles contains directions for improving the quality of physical education, monitoring the physical training and physical development of children and young people. The most important task of upbringing and education of the younger generation, a decisive condition for the formation of a new level of culture of life of the population, is purposeful and intensive development of values of national and world culture of physical activity, actualized in a healthy lifestyle, by children and adolescents.

Physical activity, like any human activity, does not exist otherwise, both in the form of the action and the purpose of that action. Conditions and ways of organizing physical activity have a significant impact on its formation. The use of simulators in physical education should be considered as a component that performs the function of initiating physical activity. The modern

development of technology causes the emergence of an increasing number of types of sports simulators, which provide a wide range of physical education and sports.

The course «The use of exercise equipment in sports» gives students an understanding of the connection between the use of traditional means of theory and methodology of physical education and sports training and exercise machines as one of the conditions for improving the efficiency of physical education and training; acquaints with the biomechanical features of the simulator structures for the formation of motor skills, the development of physical qualities and the restoration of lost forms and functions of the body and the use of various simulators and technical means.

Key words: simulators, training devices, training process, equipment.

1. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

<table>
<tr><td rowspan="2">Найменування показників</td><td rowspan="2">Галузь знань, спеціальність (освітня програма), освітній рівень</td><td colspan="2">Характеристика навчальної дисципліни</td></tr>
<tr><td>денна форма навчання</td><td>заочна форма навчання</td></tr>
<tr><td>Кількість кредитів – 5</td><td rowspan="3"></td><td colspan="2">Вибіркова</td></tr>
<tr><td>Модулів – 1</td><td colspan="2">Рік підготовки:</td></tr>
<tr><td>Змістових модулів – 2</td><td>1-й</td><td>1-й</td></tr>
<tr><td rowspan="3">Електронний адрес РПНД на сайті Університету</td><td rowspan="5"></td><td colspan="2">Семестр</td></tr>
<tr><td>2-й</td><td>2-й</td></tr>
<tr><td colspan="2">Лекцій, год.</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Загальна кількість годин – 150</td><td>30</td><td>8</td></tr>
<tr><td colspan="2">Практичні, год.</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Тижневих годин для денної форми навчання:
аудиторних – 4;
самостійної роботи студента – 6</td><td>30</td><td>8</td></tr>
<tr><td rowspan="4">Освітній рівень:
другий (магістерський)</td><td colspan="2">Самостійна робота, год.</td></tr>
<tr><td>90</td><td>134</td></tr>
<tr><td colspan="2">Вид контролю: залік</td></tr>
<tr><td colspan="2">Форма контролю: комбінована</td></tr>
</table>

2. МЕТА ВИВЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Мета вивчення дисципліни *«ВИКОРИСТАННЯ ТРЕНАЖЕРНИХ ПРИСТРОЇВ В СПОРТІ»* є формування у студентів відповідно здатність розв’язувати складні задачі і проблеми під час професійної діяльності у галузі фізичної культури та олімпійського і професійного спорту, які вимагають поглибленого рівня знань та вмінь інноваційного характеру;

- використовувати ефективні засоби відновлення і підвищення спортивної працездатності;
- здатність визначати заходи щодо попередження виробничого травматизму;
- здатність використовувати у навчально-виховній та тренерській діяльності спортивні споруди, тренажери та спеціальне спортивне обладнання.

3. ПЕРЕДУМОВИ ДЛЯ ВИВЧЕННЯ ДИСЦИПЛІНИ

Передумов для вивчення дисципліни немає, так як дисципліна є вибірковою.

4. ОЧІКУВАНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен:

знати:

- основні поняття і терміни фізичної рекреації;
- функції фізичної рекреації у суспільстві;
- володіє інноваційними технологіями в галузі фізичної культури і спорту,
- використовує їх в професійній діяльності;

- розробляє інноваційні програми спортивної та спортивно-оздоровчої діяльності; використовує освітні, спортивні, оздоровчі технології з урахуванням сучасного рівня розвитку галузі фізичної культури та спорту;

вмиті:

- вміння визначати перелік обладнання та устаткування відповідно до потреб та можливостей людини;
- вміння порівнювати альтернативні варіанти комплектації та розміщення обладнання і устаткування,
- застосовувати фізичні вправи при різноманітних захворюваннях;
- підготувати конспекти занять для учнів різних вікових груп;
- реалізувати різні програми спортивно-оздоровчих занять з різними верствами населення.
- розробити робочий план занять з фізичної культури.

5. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Змістовий модуль 1. Класифікація та типологія тренажерних пристроїв і спеціального обладнання в фізичній культурі та спорті

Тема 1. Класифікація тренажерів і вимоги до них.

1. Поняття «Технічні засоби навчання», «Тренажер», «тренувальне пристрій». Застосування технічних засобів у навчанні рухам у фізичній культурі в минулому і сьогоденні.

2. Класифікація тренажерів за видами розвитку фізичних якостей; рухових навичок; техніки і тактики рухових дій; за принципом використання різних зовнішніх сил опору; за принципом дії; за кількістю та обсягом залучення в роботу м'язів і систем організму; по сфері застосування у фізичній культурі і ін.

3. Вимоги до технічних засобів, що застосовуються у фізичній культурі і спорті відповідно до ДСТУ, відповідно до вимог.

4. Вимоги до безпеки, міцності, естетичності, простоті і надійності, ергономічності, комплексності та багатофункціональності, компактності, експлуатації

Література: [2], стор. 23-35; [3] стор. 30-41; [7] стор. 56-74; [10] стор. 3-11.

Тема 2. Силові, функціональні та тактико-технічні тренажери.

1. Локальні та багатофункціональні тренажерні пристрої.
2. Конструктивні особливості та застосування тренажерних пристроїв у галузі фізичної культури та спорту.
3. Тенденції розвитку та оптимізації конструкції та експлуатаційних якостей тренажерних пристроїв

Література: [1] стор. 11-24; [6] стор. 18-27.; [8] стор. 36-40.; [10] стор. 4-15.

Тема 3. Сучасні технології та покращенні умов тренувального процесу.

1. Планування використання тренажерних пристроїв в залежності від поточних завдань та умов педагогічного процесу в фізичній культурі та спорті.

2. Граничні умови та можливі недоліки у використанні тренажерних пристроїв і технічних засобів

Література: [1], стор. 45-50; [3], стор. 11-27; [4], стор. 45-56; [5], стор. 14-29; [10],

стор. 29-36.

Змістовий модуль 2. Використання нетрадиційного обладнання і тренажерних пристроїв в різних видах спорту, у роботі з різним контингентом, та на різних етапах навчально-тренувального процесу. Особливості конструювання та проектування тренажерних пристроїв у відповідності до умов їх експлуатації

Тема 4. Використання тренажерних пристроїв у підготовці спортсменів у різних видах спорту.

1. Використання тренажерних пристроїв та технічного обладнання у підготовці спортсменів у різних видах спорту.

2. Вирішення специфічних завдань учбово-тренувального процесу на різних етапах підготовки.

3. Тренажерні пристрої, як засоби інтенсифікації тренувального процесу

Література: [1] стор. 36-44; [3] стор. 30-37; [4] стор. 23-29; [6] стор. 41-45; [10] стор. 30-39.

Тема 5. Тренажери та тренувальні пристрої в фізичному вихованні дітей дошкільного та шкільного віку.

1. Тренажери та тренувальні пристрої в фізичному вихованні дітей дошкільного та шкільного віку

2. Вимоги до тренажерів і тренувальних пристроїв для занять фізичними вправами з дітьми дошкільного і шкільного віку.

3. Тренажери та тренувальні пристрої в системі фізичного виховання дошкільнят і школярів.

4. Типи і види тренажерів і тренувальних пристроїв для дитячих дошкільних установ і шкіл

Література: [6] стор. 41-46; [7] стор. 33-39; [9] стор. 42-50; [10] стор. 33-37.

Тема 6. Особливості конструювання та проектування тренажерних пристроїв.

1. Особливості конструювання та проектування тренажерних пристроїв у відповідності до умов їх експлуатації.

2. Етапи проектування, розробки технічного завдання та ескізного проекту тренажерних пристроїв.

3. Інноваційні технології в створенні сучасних тренажерних пристроїв

Література: [1] стор. 37-44; [3] стор. 50-55; [6] стор. 48-66; [10] стор. 47-58.

Тематичний план навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин							
	денна форма				заочна форма			
	усього	у тому числі			усього	у тому числі		
		л	п	с.р.		л	п	с.р.
Змістовий модуль 1. Класифікація та типологія тренажерних пристроїв і спеціального обладнання в фізичній культурі та спорті								
Тема 1. Класифікація тренажерів і вимоги до них	11	2	4	3	16	1	–	15
Тема 2. Силові, функціональні та тактико-технічні тренажери	32	6	6	20	30	2	2	26
Тема 3. Сучасні технології та покращенні умов тренувального процесу.	32	6	6	20	29	1	–	28

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин							
	денна форма				заочна форма			
	усього	у тому числі			усього	у тому числі		
		л	п	с.р.		л	п	с.р.
Разом за змістовим модулем 1	75	16	16	43	75	4	2	69
Змістовий модуль 2. Використання нетрадиційного обладнання і тренажерних пристроїв в різних видах спорту, у роботі з різним контингентом, та на різних етапах навчально-тренувального процесу. Особливості конструювання та проектування тренажерних пристроїв у відповідності до умов їх експлуатації								
Тема 4. Використання тренажерних пристроїв у підготовці спортсменів у різних видах спорту	28	4	4	20	19	2	3	14
Тема 5. Тренажери та тренувальні пристрої в фізичному вихованні дітей дошкільного та шкільного віку	32	6	6	20	34	1	3	30
Тема 6. Особливості конструювання та проектування тренажерних пристроїв.	15	4	4	7	22	1	–	21
Разом за змістовим модулем 2	75	14	14	47	75	4	6	65
Разом за курсом	**150**	**30**	**30**	**90**	**150**	**8**	**8**	**134**

Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1	Класифікація тренажерів і вимоги до них.	4	–
2	Силові, функціональні та тактико-технічні тренажери	6	2
3	Сучасні технології в інтенсифікації та покращенні умов тренувального процесу.	6	–
4	Використання тренажерних пристроїв та технічного обладнання у підготовці спортсменів у різних видах спорту.	4	3
5	Тренажери та тренувальні пристрої в фізичному вихованні дітей.	6	3
6	Особливості конструювання та проектування тренажерних пристроїв у відповідності до умов їх експлуатації.	4	–
	Разом	**30**	**8**

Самостійна робота

Розподіл годин самостійної роботи для студентів денної форми навчання:

- підготовка до лекційних занять – 0,5 год./1 год. занять (1 година на 1 лекцію);
- підготовка до практичних занять – 1-2 год./1 заняття;
- підготовка до семінарських занять – 2-4 год./1 заняття;
- написання рефератів, есе, виконання розрахункових, розрахунково-графічних або графічних робіт, домашньої контрольної роботи, перекладу, аналітичний огляд, аналіз практичних, проблемних ситуацій (обсяг однієї роботі 10-20 аркушів А4) – мінімум 15 годин на 1 роботу;
- підготовка до контрольних заходів – (15-30) год. на 1 захід.

Завдання для самостійної роботи

№ з/п	Вид роботи	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма

№ з/п	Вид роботи	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1.	Підготовка до лекцій	15	10
2.	Підготовка до практичних занять	15	12
3.	Виконання домашніх завдань	40	84
4.	Написання рефератів на задану тему	20	20
	Разом	**90**	**134**

6. МЕТОДИ НАВЧАННЯ, ЗАСОБИ ДІАГНОСТИКИ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ ТА МЕТОДІВ ЇХ ДЕМОНСТРУВАННЯ

Методи навчання:

- для всіх видів занять: словесні методи: лекція, бесіда, обговорення матеріалів; робота з літературою; пояснення; дискусія; демонстрування;
- для лекційних занять: лекція; ілюстрування; відеометод;
- для практичних занять: практична робота; інструктаж; спостереження;
- методи контролю і самоконтролю: підготовка до аудиторних занять (лекцій, семінарських, тощо); самостійне опрацювання окремих тем навчальної дисципліни; ведення конспектів самопідготовки і підготовка письмових робіт; підготовка до іспиту.

Засобами оцінювання та методами демонстрування результатів навчання виступають:

- поточний контроль здійснюється під час проведення практичних занять в усній та письмовій формах за такими видами: опитування;
- перевірка завдань для самостійної роботи;
- перевірка матеріалів самопідготовки;
- підсумковий контроль – залік; тестові завдання; підготовка та захист реферату; вміти показати вивчений прийом техніки.

7. ФОРМИ ПОТОЧНОГО ТА ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ

Досягнення студента оцінюються за 100-бальною системою Університету. Підсумкова оцінка навчального курсу включає в себе оцінки з поточного контролю і оцінки заключного заліку (за його наявності).

У кожного компонента своя частка в загальній системі оцінок. У проміжних оцінках студент може набрати від 60 балів до 100 балів (уразі відсутності заключного заліку). Під компонентом проміжних оцінок розуміються поточні оцінки протягом семестру (активність, участь в дискусіях; виконання завдань та інше). Питома вага заключного заліку (при його наявності) в загальній системі оцінок – 35 балів. Право здавати заключний залік дається студенту, який з урахуванням максимальних балів проміжних оцінок і заключного заліку набирає не менше 60 балів. Підсумкова оцінка навчального курсу є сумою проміжних оцінок і оцінки заліку (за його наявності).

Поточний контроль проводиться на кожному семінарському, практичному занятті та за результатами виконання завдань самостійної роботи. Він передбачає оцінювання теоретичної підготовки здобувачів вищої освіти із зазначеної теми (у тому числі, самостійно опрацьованого матеріалу) під час роботи на семінарських заняттях та набутих практичних навичок під час виконання завдань практичних робіт.

Зарахування кредитів навчального курсу можливо тільки після досягнення результатів, запланованих РПНД, що виражається в одній з позитивних оцінок, передбачених чинним законодавством.

Форми контролю результатів навчальної діяльності студентів та їх оцінювання

Відповіді на практичних заняттях	**Критерії оцінювання**
2	Відповідь правильна, повна, логічна, містить аналіз, систематизацію, узагальнення, використані міжпредметні зв'язки, містить аргументовані висновки.
1	Відповідь має суттєві помилки, аргументи не сформульовані, використовуються невірна термінологія.
0	Студент не дає відповіді.
Максимальна оцінка студента за даний компонент програми 30 балів (15 тем по 2 бали).	

Індивідуальне завдання	**Критерії оцінювання**
20	Робота виконана у встановлений термін. Виконана самостійно, використано сучасні джерела. У висновках проведена коректна інтерпретація результатів. Дотримана структура: вступ, пункти, висновки, список використаних джерел (не менше п'яти). Оформлення відповідає вимогам. Обсяг: 15-20 сторінок. При захисті було використано презентацію. Студент вільно володіє матеріалом, наводить приклади, відповідає на питання по темі реферату.
18	Робота виконана у встановлений термін. Виконана самостійно, використано сучасні джерела. У висновках проведена коректна інтерпретація результатів. Дотримана структура: вступ, пункти, висновки, список використаних джерел (не менше п'яти). При оформленні допущені огріхи. Обсяг: 15-20 сторінок. Студент володіє матеріалом, відповідає на питання по темі реферату.
15	Робота виконана у встановлений термін. Виконана самостійно, використано сучасні джерела, але їх кількість недостатня. У висновках проведена коректна інтерпретація результатів. Дотримана структура: вступ, пункти, висновки, список використаних джерел. Обсяг: 15-20 сторінок. При оформленні допущені огріхи. Студент володіє матеріалом, відповідає на питання по темі реферату.
12	Робота виконана у встановлений термін. Використано застарілі джерела, їх кількість недостатня. У висновках проведена коректна інтерпретація результатів. Дотримана структура: вступ, пункти, висновки, список використаних джерел. Обсяг менше 15-20 сторінок. При оформленні допущені огріхи. Студент володіє матеріалом, відповідає на питання по темі реферату.
10	Робота виконана з порушенням встановлених термінів. використано сучасні джерела. У висновках проведена коректна інтерпретація результатів. Дотримана структура: вступ, пункти, висновки, список використаних джерел (не менше п'яти). Оформлення відповідає вимогам. Обсяг: 15-20 сторінок. Студент відповідає на питання по темі реферату.
5	Робота виконана з порушенням встановлених термінів. Використано застарілі джерела, їх кількість недостатня. У висновках проведена

Індивідуальне завдання	Критерії оцінювання
	коректна інтерпретація результатів.
1	Робота виконана з порушенням встановлених термінів. Не володіє матеріалом.
0	Робота не виконувалася
Максимальна оцінка студента за даний компонент програми 20 балів	

Поточний модульний контроль у формі тестування

Правильних відповідей, %	100	90	80	70	60	50	40	30	20	10
Бал	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

Контрольна робота	Критерії оцінювання
25-30	Робота розкриває тему, основні питання, висвітлено причинно-наслідкові зв'язки, зроблено висновки. Робота має всі необхідні структурні елементи. Відповідно оформлена. Оригінальна. Відсутні помилки: граматичні і орфографічні.
18-24	Робота в цілому розкриває тему і основні питання, частково висвітленні причино-наслідкові зв'язки. Висновки не в повному обсязі. Робота має всі необхідні структурні елементи. Відповідно оформлена. Відсутні значні помилки. є окремі, несуттєві загальні зауваження.
14-17	Робота відповідає вище наведеним критеріям, але має ряд недоліків в розкритті теми, висвітлення причино-наслідкових зв'язків часткове, часткові висновки. Відступ від стандартів оформлення.
6-13	Сутність теми не розкрита. Робота містить суттєві недоліки. Неохайна. Суттєві відступи від стандартів оформлення.
0-5	Текст і зміст роботи не відповідає темі. Робота має неохайний вигляд. Студенти не розуміє питання теми.
Максимальна оцінка студента за даний компонент програми 30 балів	

Залік	Критерії оцінювання
36-40	Відповідь правильна, повна, логічна, науково і практично обґрунтована.
31-35	Студент розуміє зміст і значення питання, володіє понятійно-категоріальним апаратом, розуміє логіку відповіді, можливі окремі фактологічні неточності, відповідь в цілому правильна.
27-30	Студент розуміє окремі елементи питання, має певний термінологічний запас, може сформулювати окремі елементи відповіді, але не має цілісного уявлення про сутність питання і логіки відповіді на питання, відповідь часткового правильно.
21-26	Студент розуміє окремі елементи питання, має певний термінологічний запас, не може сформулювати окремі елементи відповіді, не має цілісного уявлення про сутність питання і логіки відповіді на питання, відповідь часткового правильно.
13-20	Студент розуміє, в цілому, значення питання, може сформулювати логічну відповідь
6-12	Студент розуміє, в цілому, значення питання, але через відсутність знань не може сформулювати логічну відповідь
5-0	Студент не дає відповідь на поставлені запитання
Максимальна оцінка студента за даний компонент програми 40 балів.	

Форма контролю	Максимальна кількість балів	
	Денна форма	Заочна форма
Участь у практичних заняттях	15×2 балів=30 балів	–
Поточний модульний контроль (тестування)	10 балів	10 балів
Виконання індивідуального завдання	20 балів	20 балів
Контрольна робота (письмова)	–	30 балів
Підсумковий контроль	40 балів	40 балів
Всього	100	100

8. КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

		Денне відділення		Заочне відділення	
		Вид роботи	Кількість балів	Вид роботи	Кількість балів
ЗМ1	Т1	Практичне заняття 1, 2	4		
	Т2	Практичне заняття 3, 4, 5	6		
	Т3	Практичне заняття 6, 7, 8	6		
ЗМ2	Т4	Практичне заняття 9, 10	4		
	Т5	Практичне заняття 11, 12, 13	6		
	Т6	Практичне заняття 14, 15	4		
	ПМК	Тест	10		10
Виконання індивідуального завдання			20		20
Контрольна робота (письмова)			–		30
Підсумковий контроль			40		40
Сума			100	**Сума**	100

9. РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

Основна література

1. Водлозеров В. Є. Тренажери локально спрямованої дії. Київ: КДМУ, 2003. 102 с.
2. До проблеми тренажерного забезпечення студентського спорту / М. Г. Лейкін та ін.. *Проблеми і перспективи розвитку спортивних ігор і єдиноборств у вищих навчальних закладах:* зб. статей другий електронній науковій конференції. Харків, 2006.
3. Евсеев С. П. Тренажёры в гимнастике. Москва: Физкультура и спорт, 2003. 254 с.
4. Евсеев С. П. Формирование двигательных движений с помощью тренажеров. Москва.: Физкультура и спорт, 2001. - 90 с.
5. Лейкін М. Г. Біомеханічні аспекти виховання сили в процесі навчання і тренування. Киев: Міносвіти України, 2001. 152 с.
6. Лейкін М. Г., Макурін Ю. К. Методичні особливості застосування тренажерів у фізичному вихованні школярів. *Школа і педагогіка.* М.: АПН СРСР, 2000. С. 230-249.
7. Лейкін, М.Г. Наукове обгрунтування і створення спортивно-оздоровчих тренажерів: дис. ... д-ра пед. наук у вигляді наукової доповіді / М. Г. Лейкін. - М., 1999. - 120 с.
8. Попов, Г.І. Біомеханічні основи створення предметного середовища для формування та вдосконалення спортивних рухів / Г.І. Попов: дис. ... д-ра пед. наук. - М., 1992. - 327 с.
9. Реабілітація здоров'я студентів засобами фізичної культури: Навчальний посібник / Волков В.Ю., Волкова Л.М., СПб.гос.техн.ун-т.Санкт-Петербург, 1998. - 97 с.

10. Солодка О.В., Петров Г.С., Мамотько П.М. Тренажери в фізичній культурі і спорті. (Методичні рекомендації для самостійної роботи здобувачів вищої освіти з дисципліни «Тренажери в фізичній культурі і спорті»): Дніпро, 2018. – 30 с.

Допоміжна література

1. Бурлаков И.Р. Специализированные сооружения для игровых видов спорта: учебное П. Неминущий. - Москва: СпортАкадемПресс, 2007, – 231с.

2. Бурлаков И.Р. Специализированные сооружения для легкой атлетики : учебное пособие / И. Р. Бурлаков, Г.П. Неминущий. - Москва : СпортАкадемПресс, 2009с. – 320 с.

3. Верхало, Ю. Н. Тренажеры и устройства для восстановления здоровья и рекреации инвалидов / Ю. Н. Верхало. - Москва: Советский спорт, 2003. – 450 с.

4. Евсеев С.П. Материально-техническое обеспечение адаптивной физической культуры. Уч. Пособие / С.П.Евсеев. М.Сов. спорт, 2000. – 200 с.

5. Келлер В.С., Платонов В.М. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів. – Л. : Українська спортивна асоціація, 2003. – 269 с.

6. Кузин В.В., Лаптев А.П. Система восстановления и повышения спортивной работоспособности. - М.: РГАФК, 2009. - 31 с.

7. Лапутин А.Н. Технические средства обучения: [Учеб. Пособие для институтов физической культуры] / Лапутин А.Н., Уткин В.Л. - М.: ФиС, 2003. – 245 с.

8. Линець М.М. Професійний спорт як соціальне явище // Наукові записки Тернопільського державного педагогічного університету. – 2008. – N 2. – С. 131-133.

9. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания; теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): Учеб. для ин-тов физической культуры. – Москва: Физкультура и спорт, 2001. – 543 с.

10. Озеров В. Я. Психомоторные способности человека. Дубна: Феникс, 2002. – 190 с.

Інформаційні ресурси в інтернет

1. http://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/8063/1/%D0%9C%20%D0%B6%D1%96%D0%BD%D0%BE%D1%87%D0%B8%D0%B9%20%D1%84%D1%83%D1%82%D0%B1%D0%BE%D0%BB.pdf

2. http://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/4473/1/%D0%A1%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82_%D1%84%D1%96%D0%B7_%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%83%D0%B4%D0%B8_%D1%96_%D0%BE%D0%B1%D0%BB%D0%B0%D0%B4%D0%BD.pdf

3. http://infiz.dp.ua/misc-documents/repozit/ZO-A1/A1-0000-16-C1-15.pdf

Розробник програми _____Ольга СОКОЛ