

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ ТА НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ КОРАБЛЕБУДУВАННЯ
імені адмірала Макарова

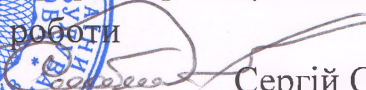
Навчально-науковий гуманітарний інститут
Кафедра теоретичних основ олімпійського та професійного спорту

Код РПНД О74518



ЗАТВЕРДЖЕНО

Проректор з науково-педагогічної
роботи


Сергій СЛОБОДЯН

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
Program of the Discipline

ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ОБРАНОГО ВИДУ СПОРТУ
Theory and Methodology of the Selected Sport

рівень вищої освіти	<u>перший (бакалаврський)</u>
тип дисципліни	<u>обов'язкова</u>
мова викладання	<u>українська</u>

Миколаїв – 2021 р.

Робоча програма навчальної дисципліни «ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ОБРАНОГО ВИДУ СПОРТУ» є однією із складових комплексної підготовки фахівців галузі знань 01 Освіта/Педагогіка спеціальності 017 Фізична культура і спорт, освітня програма Олімпійський та професійний спорт

«26» серпня 2021 року. 21 с.

Розробник: *Адаменко О. О.* кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теоретичних основ олімпійського та професійного спорту.

Проект робочої програми навчальної дисципліни «ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ОБРАНОГО ВИДУ СПОРТУ» узгоджено з гарантом освітньої програми (гарантами освітніх програм)

Гарант освітньої програми

«Олімпійський та професійний спорт»

кандидат наук з фізичного виховання і спорту,

доцент кафедри фізичного виховання та спорту



Віктор ДЕРКАЧ

Проект робочої програми навчальної дисципліни «ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ОБРАНОГО ВИДУ СПОРТУ» розглянуто на засіданні кафедри теоретичних основ олімпійського та професійного спорту

Протокол № 1 від «26» серпня 2021 р.

Завідувач кафедри

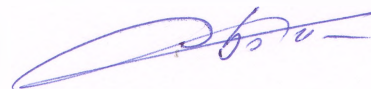


Ольга КУВАЛДІНА

Проект робочої програми навчальної дисципліни «ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ОБРАНОГО ВИДУ СПОРТУ» розглянуто Науково-методичною комісією Навчально-наукового гуманітарного інституту

Протокол № 1 від «26» серпня 2021 р.

Голова



Олег БОБІНА

Проект робочої програми навчальної дисципліни «ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ОБРАНОГО ВИДУ СПОРТУ» погоджено з навчальним відділом

Начальник відділу

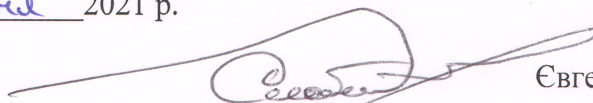


Андрій ЛАБАРТКАВА

Робоча програма навчальної дисципліни «ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ОБРАНОГО ВИДУ СПОРТУ» затверджено Навчально-методичною радою НУК

Протокол № 7 від «26» серпня 2021 р.

Голова НМР НУК



Євген ТРУШЛЯКОВ

© НУК, 2021

ЗМІСТ

Вступ	4
1. Опис навчальної дисципліни.....	5
2. Мета вивчення навчальної дисципліни.....	5
3. Передумови для вивчення дисципліни	5
4. Очікувані результати навчання.....	5
5. Програма навчальної дисципліни.....	6
6. Методи навчання, засоби діагностики результатів навчання та методів їх демонстрування.....	14
7. Форми поточного та підсумкового контролю	16
8. Критерії оцінювання результатів навчання.....	18
9. Рекомендовані джерела інформації.....	20

ВСТУП

Анотація

Метою викладання навчальної дисципліни «Теорія і методика обраного виду спорту» є формування базових, професійних та спеціальних знань з підготовки кваліфікованих спортсменів в обраному виді спорту, основних аспектів спортивної підготовки, навичок організації та побудови навчально-тренувального процесу на різних етапах багаторічної підготовки.

Основними завданнями вивчення дисципліни «Теорія і методика обраного виду спорту» є формування професійного світогляду студентів, забезпечення оволодіння методикою підготовки спортсменів з обраного виду спорту, набуття вмінь та навичок вибору засобів і методів для побудови навчально-тренувального процесу на різних етапах багаторічної підготовки спортсменів.

Ключові слова: теорія, методика, спорт, підготовка спортсменів.

Abstract

The purpose of teaching the academic discipline «Theory and methodology of the selected sport » is the formation of basic, professional and special knowledge on the training of qualified athletes in the selected sport, the main aspects of sports training, the skills of organizing and building the educational and training process at various, stages of long-term training.

The main tasks of studying the discipline «Theory and methodology of the selected sport » are the formation of the professional worldview of students, ensuring the mastery of the methodology of training athletes from the selected sport, acquiring the skills and abilities to choose means and methods for building the educational and training process at various, stages of long-term training.

Key words: theory, methodology, sport, training of athletes.

1. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність (освітня програма), освітній рівень	Характеристика навчальної дисципліни									
		денна форма навчання					заочна форма навчання				
Кількість кредитів – 18	Галузь знань 01 Освіта/ Педагогіка	Обов'язкова									
Модулів – 6		Рік підготовки:									
Змістових модулів –7		2-й	3-й	4-й	2-й	3-й	4-й				
		Семестр									
		3-й	4-й	5-й	6-й	7-й	3-й	4-й	5-й	6-й	7-й
Електронний адрес РПНД на сайті Університету: https://nuos.edu.ua/studentu/polozhennya-nuk/opis-opp/olimpijskij-ta-profesijnij-sport/	Спеціальність 017 Фізична культура і спорт Освітня програма «Олімпійський та професійний спорт»	Лекцій, год.									
Індивідуальне науково-дослідне завдання (Курсова робота) – 90		15	15	15	15	15	4	4	6	6	10
		Практичні, год.									
Загальна кількість годин – 540		30	15	15	15	15	10	4	6	6	10
		Самостійна робота, год.									
		60	45	60	60	60	91	67	78	78	70
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 11; самостійної роботи– 25.		Освітній рівень: перший (бакалаврський)	Індивідуальні завдання: 90 год.								
	Вид контролю										
	залік		залік, КР		залік			залік, КР			
Форма контролю: комбінована											

2. МЕТА ВИВЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Метою вивчення навчальної дисципліни «ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ОБРАНОГО ВИДУ СПОРТУ» є формування у студентів відповідно до освітньо-професійної програми таких компетентностей:

- ІК. Здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів наук з фізичного виховання і спорту, та характеризується комплексністю та невизначеністю умов.

- ЗК1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.

- ЗК12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях

- СК 2. Здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях.

- СК 14. Здатність до безперервного професійного розвитку.

3. ПЕРЕДУМОВИ ДЛЯ ВИВЧЕННЯ ДИСЦИПЛІНИ

Передумовами для вивчення дисципліни є дисципліни: Вступ до спеціальності, Гімнастика та методика викладання, Анатомія людини, Основи медичних знань, Біохімія спорту, Загальна та спортивна фізіологія, Спортивні ігри та методика викладання, Загальна теорія підготовки в олімпійському спорті, Психологія спорту, Теорія та методика фізичного виховання, Педагогіка, Професійна майстерність тренера-викладача, Плавання та методика викладання.

4. ОЧІКУВАНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ

Вивчення навчальної дисципліни передбачає формування та розвиток у студентів таких програмних результатів навчання:

- ПРН 4. Показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення.

- ПРН 8. Здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань.

•ПРН 10. Оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми кондиційного тренування, організовувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи.

•ПРН 21. Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.

5. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

МОДУЛЬ 1

Змістовий модуль 1. Предмет і зміст теорії та методики обраного виду спорту

Тема 1. Предмет і зміст теорії та методики обраного виду спорту

1. Теорія і методика обраного виду спорту як наукова та навчальна дисципліна.

2. Характеристика системи спортивної підготовки.

Література: [1] стор. 12-15.

Тема 2. Спорт як вид і результат діяльності та форми його функціонування у суспільстві

1. Основні функції спорту.

2. Внутрішні і зовнішні проблеми сфери спорту

Література: [3] стор. 16-22.

Тема 3. Теорія і методика спортивної підготовки в обраному виді спорту

1. Характеристика системи спортивної підготовки

2. Завдання загальної та спеціальної фізичної підготовки.

Література: [1] стор. 13-15.

Змістовий модуль 2. Основи управління в системі підготовки спортсменів в обраному виді спорту

Тема 4. Основи управління в системі підготовки спортсменів в обраному виді спорту

1. Мета, та види управління.

2. Етапне, поточне і оперативне управління.

Література: [4] стор. 7-17.

Тема 5. Контроль в системі управління тренувальною та змагальною діяльністю спортсменів

1. Мета, об'єкт і види контролю.

2. Контроль різних сторін підготовленості спортсменів.

Література: [4] стор. 18-63.

Тема 6. Управлінська діяльність тренера в обраному виді спорту

1. Роль тренера в управлінні змагальною діяльністю.

2. Функціональні обов'язки тренера

Література: [1] стор. 100-114.

Тема 7. Змагальна діяльність в обраному виді спорту

1. Змагання в системі підготовки спортсменів.

2. Характеристика змагальної діяльності в спорті

Література: [1] стор. 25-34.

Тема 8. Тренувальні та змагальні навантаження спортсменів в обраному виді спорту

1. Навантаження в спорті та їх вплив на організм спортсменів.

2. Характеристика навантажень, які застосовуються в спорті.

Література: [1] стор. 114-121.

Тема 9. Тема 9. Втома та відновлення спортсменів в обраному виді спорту

1. Втома та відновлення під час напруженої м'язової діяльності.

2. Втома та відновлення під час навантажень різної величини.

Література: [3] стор. 67-74.

Змістовий модуль 3. Основи вдосконалення фізичних якостей спортсменів в обраному виді спорту

Тема 10. Основи методики розвитку сили

1. Загальна характеристика сили як фізичної якості.
2. Засоби вдосконалення та методика розвитку сили

Література: [1] стор. 293-302.

Тема 11. Основи методики розвитку пружкості

1. Загальна характеристика пружкості
2. Засоби вдосконалення та методика розвитку пружкості

Література: [1] стор. 284-287.

Тема 12. Основи методики розвитку витривалості

1. Загальна характеристика витривалості
2. Засоби вдосконалення та методика розвитку витривалості

Література: [1] стор. 277-284.

Тема 13. Основи методики розвитку гнучкості

1. Загальна характеристика гнучкості
2. Засоби вдосконалення та методика розвитку гнучкості

Література: [1] стор. 302-316.

Тема 14. Основи методики розвитку спритності

1. Загальна характеристика спритності.
2. Засоби вдосконалення та методика розвитку спритності

Література: [1] стор. 287-294.

Тема 15. Розвиток фізичних якостей в обраному виді спорту

1. Розвиток фізичних якостей в ігрових видах спорту
2. Розвиток фізичних якостей в одноборствах

Література: [1] стор. 274-277.

МОДУЛЬ 2

Змістовий модуль 4. Етапи багаторічної підготовки спортсменів в обраному виді спорту

Тема 16. Структура і зміст багаторічної підготовки спортсменів в обраному виді спорту

1. Загальна структура багаторічної підготовки і фактори, які її визначають.
2. Характеристика етапів багаторічного удосконалення спортсменів

Література: [1] стор. 146-148.

Тема 17. Особливості багаторічної підготовки спортсменів в обраному виді спорту

1. Програма багаторічної підготовки спортсменів в обраному виді спорту
2. Особливості підготовки спортсменів в обраному виді спорту на різних етапах багаторічної підготовки

Література: [1] стор. 148-153.

Тема 18. Багаторічна підготовка спортсменів в обраному виді спорту в олімпійських чотирирічних циклах

1. Побудова підготовки в олімпійських чотирирічних циклах
2. Структура і зміст підготовки спортсменів в олімпійських циклах.

Література: [1] стор. 153-162.

Тема 19. Побудова програм тренувальних занять в обраному виді спорту

1. Основні завдання тренувальних занять в підготовці спортсменів.
2. Класифікація тренувальних занять за переважною спрямованістю в них матеріалу.

Література: [1] стор. 210-218.

Тема 20. Тренувальні мікроцикли, їх характеристика, побудова програми мікроциклів в обраному виді спорту

1. Типи мікроциклів.
2. Структура мікроциклів різних типів

Література: [1] стор. 255-262.

Тема 21. Види та основні завдання мезоциклів. Особливості побудови мезоциклів в обраному виді спорту

1. Типи мезоциклів в спортивному тренуванні.
2. Особливості побудови мезоциклів

Література: [1] стор. 262-267.

Тема 22. Види та основні завдання макроциклів. Особливості побудови програм макроциклів в обраному виді спорту

1. Типи макроциклів. Тривалість різних макроциклів.
2. Сполучення мікро та мезоциклів в різних макроциклах

Література: [1] стор. 267-274.

МОДУЛЬ 3

Змістовий модуль 4. Основні сторони підготовки спортсменів в обраному виді спорту

Тема 23. Психологічна підготовка спортсменів в обраному виді спорту

1. Психологічне забезпечення підготовки спортсменів
2. Особливості психологічної підготовки

Література: [1] стор. 316-322.

Тема 24. Психологічний супровід діяльності спортсменів в обраному виді спорту

1. Психологічний супровід тренувальної діяльності спортсменів
2. Психологічний супровід змагальної діяльності спортсменів

Література: [1] стор. 330-342.

Тема 25. Технології психоемоційного оздоровлення спортсменів в обраному виді спорту

1. Поняття про емоції та їх види. Стрес, стадії стресу.
2. Технології психоемоційного оздоровлення спортсменів.

Література: [1] стор. 322-330.

Тема 26. Технічна підготовка в обраному виді спорту

1. Техніка і технічна підготовка
2. Структура, напрями і завдання технічної підготовки

Література: [1] стор. 347-357, [3] стор. 77-83.

Тема 27. Тактична підготовка в обраному виді спорту

1. Тактика і тактична підготовка
2. Структура, напрями і завдання тактичної підготовки

Література: [1] стор. 347-357, [3] стор. 83-93.

Тема 28. Моделювання в обраному виді спорту

1. Загальні положення моделювання у спорті
2. Моделювання змагальної діяльності і підготовленості в залежності від індивідуальних особливостей спортсменів.

Література: [4] стор. 112-120, [1] стор. 368-394.

Тема 29. Прогнозування в обраному виді спорту

1. Прогнозування спортивного тренування, його суть, значення та види.
2. Методи прогнозування у спорті.

Література: [4] стор. 123-128, [1] стор. 394-416.

МОДУЛЬ 4

Змістовий модуль 6. Проблеми відбору в обраному виді спорт

Тема 30. Відбір, орієнтація, здібності, обдарованість

1. Загальна характеристика проблеми відбору в спорті.
2. Напрями спортивної орієнтації

Література: [4] стор. 67-73.

Тема 31. Спортивний відбір в системі багаторічної підготовки спортсменів

1. Зв'язок відбору та орієнтації з етапами багаторічної підготовки спортсменів.
2. Критерії відбору для занять спортом.

Література: [4] стор. 73-77.

Тема 32. Спадковість і фактори, що визначають спортивну придатність

1. Методи дослідження для визначення спортивної придатності
2. Критерії для визначення спортивної придатності.

Література: [4] стор. 77-86.

Тема 33. Система спортивного відбору та орієнтація в різних країнах світу

1. Система спортивного відбору в країнах Європи а Америки
2. Система спортивного відбору в Україні

Література: [4] стор. 86-97.

Тема 34. Особливості відбору та орієнтації підготовки спортсменів на етапах багаторічного удосконалення в обраному виді спорту

1. Структура і зміст спортивного відбору та орієнтації у поєднанні з етапами багаторічної підготовки спортсменів в командних ігрових видах спорту

2. Структура і зміст спортивного відбору та орієнтації у поєднанні з етапами багаторічної підготовки спортсменів в єдиноборствах

Література: [4] стор. 86-97.

МОДУЛЬ 5

Змістовий модуль 7. Основні положення системи сучасного спортивного тренування

Тема 35. Тренування спортсменів в умовах різних температур

1. Реакції організму спортсмена на умови різних температур оточуючого середовища
2. Заходи, що забезпечують ефективну підготовку організму спортсмена до виконання інтенсивної фізичної роботи в умовах різних температур

Література: [1] стор. 416-4200.

Тема 36. Тренування спортсменів в умовах середньогір'я і високогір'я та в умовах різних часових поясів

1. Кліматичні умови середньогір'я і високогір'я.
2. Стадії процесу адаптації людини до висотної гіпоксії

Література: [1] стор. 420-430.

Тема 37. Допінги та боротьба з їх застосуванням в спорті

1. Допінг і його основні види.
2. Заборонені стимулюючі речовини та їх негативний вплив на організм спортсменів

Література: [1] стор. 431-444.

Тема 38. Засоби відновлення спортивної працездатності

1. Характеристика засобів відновлення спортивної працездатності
2. Педагогічні засоби відновлення спортивної працездатності

Література: [1] стор. 444-452.

Тема 39. Медико-біологічні засоби відновлення спортивної працездатності

1. Структура і зміст медико-біологічних засобів відновлення спортивної працездатності.

2. Планування медико-біологічних засобів відновлення спортивної працездатності
Література: [1] стор. 453-470.

Тема 40. Психологічні засоби відновлення спортсменів

1. Методи психологічної підготовки спортсменів.

2. Компоненти психологічного відновлення

Література: [1] стор. 470-477.

Тема 41. Визначення величини та спрямованості навантаження окремого тренувального заняття

1. Визначення величини навантаження з урахуванням енерговитрат

2. Визначається спрямованість навантаження.

Література: [1] стор. 571-576.

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.
МОДУЛЬ 1								
Змістовий модуль 1. Предмет і зміст теорії та методики обраного виду спорту								
Тема 1. Предмет і зміст теорії та методики обраного виду спорту	5	1	2	2	5	1	–	4
Тема 2. Спорт як вид і результат діяльності та форми його функціонування у суспільстві	5	1	2	2	5	–	–	5
Тема 3. Теорія і методика спортивної підготовки в обраному виді спорту	5	1	2	2	5	–	2	3
<i>Разом за змістовим модулем 1</i>	15	3	6	6	15	1	2	12
Змістовий модуль 2. Основи управління в системі підготовки спортсменів в обраному виді спорту								
Тема 4. Основи управління в системі підготовки спортсменів в обраному виді спорту	7	1	2	4	7	1	2	4
Тема 5. Контроль в системі управління тренувальною та змагальною діяльністю спортсменів	7	1	2	4	7	–	–	7
Тема 6. Управлінська діяльність тренера в обраному виді спорту	7	1	2	4	7	–	–	7
Тема 7. Змагальна діяльність в обраному виді спорту	8	1	2	5	8	–	2	6
Тема 8. Тренувальні та змагальні навантаження спортсменів в обраному виді спорту	8	1	2	5	8	–	–	8
Тема 9. Втома та відновлення спортсменів в обраному виді спорту	8	1	2	5	8	–	–	8
<i>Разом за змістовим модулем 2</i>	45	6	12	27	45	1	4	42
Змістовий модуль 3. Основи вдосконалення фізичних якостей спортсменів в обраному виді спорту								
Тема 10. Основи методики розвитку сили	7	1	2	4	7	1	2	4
Тема 11. Основи методики розвитку пружкості	7	1	2	4	7	1	–	6
Тема 12. Основи методики розвитку витривалості	7	1	2	4	7	–	2	5

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.
Тема 13. Основи методики розвитку гнучкості	8	1	2	5	8	–	–	8
Тема 14. Основи методики розвитку спритності	8	1	2	5	8	–	–	8
Тема 15. Розвиток фізичних якостей в обраному виді спорту	8	1	2	5	8	–	–	8
<i>Разом за змістовим модулем 3</i>	45	6	12	27	45	2	4	39
Разом за модулем 1	105	15	30	60	105	4	10	91
МОДУЛЬ 2								
Змістовий модуль 4. Етапи багаторічної підготовки спортсменів в обраному виді спорту								
Тема 16. Структура і зміст багаторічної підготовки спортсменів в обраному виді спорту	12	3	3	6	10	1	–	9
Тема 17. Особливості багаторічної підготовки спортсменів в обраному виді спорту	10	2	2	6	9	–	–	9
Тема 18. Багаторічна підготовка спортсменів в обраному виді спорту в олімпійських чотирирічних циклах	10	2	2	6	9	–	–	9
Тема 19. Побудова програм тренувальних занять в обраному виді спорту	10	2	2	6	13	1	2	10
Тема 20. Тренувальні мікроцикли, їх характеристика, побудова програми мікроциклів в обраному виді спорту	11	2	2	7	13	1	2	10
Тема 21. Види та основні завдання мезоциклів. Особливості побудови мезоциклів в обраному виді спорту	11	2	2	7	11	1	–	10
Тема 22. Види та основні завдання макроциклів. Особливості побудови програм макроциклів в обраному виді спорту	11	2	2	7	10	–	–	10
<i>Разом за змістовим модулем 4</i>	75	15	15	45	75	4	4	67
Разом за модулем 2	75	15	15	45	75	4	4	67
МОДУЛЬ 3								
Змістовий модуль 5. Основні сторони підготовки спортсменів в обраному виді спорту								
Тема 23. Психологічна підготовка спортсменів в обраному виді спорту	12	3	3	6	12	1	–	11
Тема 24. Психологічний супровід діяльності спортсменів в обраному виді спорту	13	2	2	9	12	–	–	12
Тема 25. Технології психоемоційного оздоровлення спортсменів в обраному виді спорту	13	2	2	9	14	1	2	11
Тема 26. Технічна підготовка в обраному виді спорту	13	2	2	9	12	1	–	11
Тема 27. Тактична підготовка в обраному виді спорту	13	2	2	9	14	1	2	11
Тема 28. Моделювання в обраному виді спорту	13	2	2	9	14	1	2	11

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.
Тема 23. Прогнозування в обраному виді спорту	13	2	2	9	12	1	–	11
<i>Разом за змістовим модулем 5</i>	90	15	15	60	90	6	6	78
Разом за модулем 3	90	15	15	60	90	6	6	78
МОДУЛЬ 4								
Змістовий модуль 6. Проблеми відбору в обраному виді спорт								
Тема 30. Відбір, орієнтація, здібності, обдарованість	18	3	3	12	16	1	–	15
Тема 31. Спортивний відбір в системі багаторічної підготовки спортсменів	20	4	4	12	22	2	2	18
Тема 32. Спадковість і фактори, що визначають спортивну придатність	16	2	2	12	16	1	–	15
Тема 33. Система спортивного відбору та орієнтація в різних країнах світу	16	2	2	12	18	1	2	15
Тема 34. Особливості відбору та орієнтації підготовки спортсменів на етапах багаторічного удосконалення в обраному виді спорту	20	4	4	12	18	1	2	15
<i>Разом за змістовим модулем 6</i>	90	15	15	60	90	6	6	78
Разом за модулем 4	90	15	15	60	90	6	6	78
МОДУЛЬ 5								
Змістовий модуль 7. Основні положення системи сучасного спортивного тренування								
Тема 35. Тренування спортсменів в умовах різних температур	13	2	2	9	13	1	2	10
Тема 36. Тренування спортсменів в умовах середньогір'я і високогір'я та в умовах різних часових поясів	13	2	2	9	11	1	–	10
Тема 37. Допінги та боротьба з їх застосуванням в спорті	13	2	2	9	14	2	2	10
Тема 38. Засоби відновлення спортивної працездатності	13	2	2	9	14	2	2	10
Тема 39. Медико-біологічні засоби відновлення спортивної працездатності	13	2	2	9	14	2	2	10
Тема 40. Психологічні засоби відновлення спортсменів	13	2	2	9	13	1	2	10
Тема 41. Визначення величини та спрямованості навантаження окремого тренувального заняття	12	3	3	6	11	1	–	10
<i>Разом за змістовим модулем 7</i>	90	15	15	60	90	10	10	70
Разом за модулем 5	90	15	15	60	90	10	10	70
МОДУЛЬ 6								
ІНДЗ (КР)	90	–	–	90	90	–	–	90
Разом за модулем 5	90	–	–	90	90	–	–	90
Разом за курсом	540	75	90	375	540	30	36	474

Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1.	Предмет і зміст теорії та методики обраного виду спорту	2	–
2.	Спорт як вид і результат діяльності та форми його функціонування у суспільстві.	2	–
3.	Теорія і методика спортивної підготовки в обраному виді спорту	2	2
4.	Основи управління в системі підготовки спортсменів в обраному виді спорту.	2	2
5.	Контроль в системі управління тренувальною та змагальною діяльністю спортсменів	2	–
6.	Управлінська діяльність тренера в обраному виді спорту	2	–
7.	Змагальна діяльність в обраному виді спорту	2	2
8.	Тренувальні та змагальні навантаження спортсменів в обраному виді спорту	2	–
9.	Втома та відновлення спортсменів в обраному виді спорту	2	–
10.	Основи методики розвитку сили	2	2
11.	Основи методики розвитку пружкості	2	–
12.	Основи методики розвитку витривалості	2	2
13.	Основи методики розвитку гнучкості	2	–
14.	Основи методики розвитку спритності	2	–
15.	Розвиток фізичних якостей в обраному виді спорту	2	–
16.	Структура і зміст багаторічної підготовки спортсменів в обраному виді спорту	3	–
17.	Особливості багаторічної підготовки спортсменів в обраному виді спорту	2	–
18.	Багаторічна підготовка спортсменів в обраному виді спорту в олімпійських чотирирічних циклах	2	–
19.	Побудова програм тренувальних занять в обраному виді спорту	2	2
20.	Тренувальні мікроцикли, їх характеристика, побудова програми мікроциклів в обраному виді спорту	2	2
21.	Види та основні завдання мезоциклів. Особливості побудови мезоциклів в обраному виді спорту.	2	–
22.	Види та основні завдання макроциклів. Особливості побудови програм макроциклів в обраному виді спорту	2	–
23.	Психологічна підготовка спортсменів в обраному виді спорту	3	–
24.	Психологічний супровід діяльності спортсменів в обраному виді спорту	2	–
25.	Технології психоемоційного оздоровлення спортсменів в обраному виді спорту	2	2
26.	Технічна підготовка в обраному виді спорту	2	–
27.	Тактична підготовка в обраному виді спорту	2	2
28.	Моделювання в обраному виді спорту	2	2
29.	Прогнозування в обраному виді спорту	2	–
30.	Відбір, орієнтація, здібності, обдарованість	3	–
31.	Спортивний відбір в системі багаторічної підготовки спортсменів	4	2
32.	Спадковість і фактори, що визначають спортивну придатність	2	–
33.	Система спортивного відбору та орієнтація в різних країнах світу	2	2

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
34.	Особливості відбору та орієнтації підготовки спортсменів на етапах багаторічного удосконалення в обраному виді спорту	4	2
35.	Тренування спортсменів в умовах різних температур	2	2
36.	Тренування спортсменів в умовах середньогір'я і високогір'я та в умовах різних часових поясів	2	–
37.	Допінги та боротьба з їх застосуванням в спорті	2	2
38.	Засоби відновлення спортивної працездатності	2	2
39.	Медико-біологічні засоби відновлення спортивної працездатності	2	2
40.	Психологічні засоби відновлення спортсменів	2	2
41.	Визначення величини та спрямованості навантаження окремого тренувального заняття	3	–
Разом		30	12

Самостійна робота

Самостійна робота студентів передбачає навчально-пізнавальну діяльність із самостійного пошуку інформаційних джерел для вивчення питань за темами дисципліни, що рекомендуються для самостійного ознайомлення з метою поглиблення та розширення знань, формування та розвитку ключових, професійних, спеціально-професійних компетентностей. Організація самостійної роботи студентів спрямована на навчання студентів щодо творчої і самостійної праці, планування особистої стратегії навчання, раціональної організації свого часу, аналізу та інтерпретації результатів науково-дослідної роботи. Основні види самостійної роботи, передбачені для опанування навчальної дисципліни.

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;
- написання рефератів, есе, домашньої контрольної роботи, аналіз практичних, проблемних ситуацій (обсяг однієї роботи 10-20 аркушів А4) – мінімум 15 годин на 1 роботу;
- підготовка до контрольних заходів – (15-30) год. на 1 захід.
- Написання курсової роботи – 90 год.

Завдання для самостійної роботи

№ з/п	Вид роботи	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1	Підготовка до лекції	75	30
2	Підготовка до практичних занять	90	72
3	Підготовка до контрольних заходів	120	282
4	Написання курсової роботи	90	90
Разом		375	474

Індивідуальне науково-дослідне завдання

Індивідуальне завдання передбачає написання курсової роботи за даною тематикою:

1. Структура фізичної підготовленості спортсменів різної кваліфікації (на прикладі обраного виду спорту).
2. Спеціальна фізична підготовка на різних етапах підготовки спортсменів (на прикладі обраного виду спорту або групи видів спорту).
3. Методика розвитку силових якостей на різних етапах багаторічної підготовки спортсменів (на прикладі обраного виду спорту або групи видів спорту).

4. Методика розвитку швидкості на різних етапах багаторічної підготовки спортсменів (на прикладі обраного виду спорту або групи видів спорту).

5. Методика розвитку витривалості на різних етапах багаторічної підготовки спортсменів (на прикладі обраного виду спорту або групи видів спорту).

6. Методика розвитку координаційних якостей на різних етапах багаторічної підготовки спортсменів (на прикладі обраного виду спорту або групи видів спорту).

7. Індивідуалізація технічної підготовки спортсменів (на прикладі обраного виду спорту)

8. Оптимізація фізичної підготовки спортсменів шляхом акцентованого розвитку провідних (або відстаючих) якостей.

9. Оптимізація технічної підготовки спортсменів із застосуванням системи рухових знань.

10. Вербалізація рухів як метод оптимізації технічної підготовки спортсменів.

11. Засоби і методи об'єктивізації управління стартовим станом спортсменів

12. Психотехніка та психотехнічні вправи в системі підготовки спортсменів.

13. Формування мотивів досягнення високих спортивних результатів.

14. Засоби відновлення працездатності спортсменів.

15. Система відбору спортсменів (на прикладі обраного виду спорту або групи видів спорту).

16. Структура і зміст змагальної діяльності(на прикладі обраного виду спорту).

17. Моделювання змагальної діяльності спортсменів відповідно до індивідуальних особливостей спортсменів.

18. Моделювання процесів підготовки кваліфікованих спортсменів.

19. Особливості підготовки спортсменів професіоналів (на прикладі окремих видів професійного спорту)

20. Структура багаторічного тренування спортсменів на прикладі обраного виду спорту.

21. Методика тренування спортсменів з використанням гірських умов.

22. Методика підготовки спортсменів-початківців.

23. Моделі техніко-тактичної підготовленості спортсменів різних спеціалізацій.

24. Використання сучасних методів контролю у спортивній діяльності.

25. Вдосконалення психологічної підготовленості спортсменів.

26. Матеріальне забезпечення олімпійського та професійного спорту на прикладі обраного виду спорту.

27. Особливості стратегії і тактики ведення змагальної боротьби на прикладі обраного виду спорту.

28. Особливості організації і проведення індивідуальних видів занять спортсменів в обраному виді спорту.

29. Методика відбору дітей до занять в ДЮСШ (на прикладі обраного виду спорту)

30. Тактична підготовка спортсменів (на прикладі обраного виду спорту)

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

Методи навчання. У процесі викладання навчальної дисципліни для активізації навчально-пізнавальної діяльності студентів передбачено застосування активних і інтерактивних освітніх методів, серед яких: дискусії, презентації, кейс-стаді, вправи та завдання комунікативного характеру, робота в малих групах, робота з довідковими,

інформаційно-методичними джерелами, презентація результатів виконаних практичних завдань та самостійної роботи.

Засобами оцінювання та методами демонстрування результатів навчання виступають:

- контроль засвоєння теоретичних знань (опитування на практичних заняттях);
- оцінювання письмових завдань;
- перевірка та оцінювання самостійної роботи студентів;
- використання пакетів тестів;
- використання пакетів завдань для підсумкового контролю знань.

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 іспиту (за його наявності).

У кожного компонента своя частка в загальній системі оцінок. У проміжних оцінках студент може набрати від 60 балів до 100 балів (у разі відсутності заключного іспиту). Під компонентом проміжних оцінок розуміються поточні оцінки протягом семестру (активність, участь в дискусіях; виконання завдань та інше). Питома вага заключного іспиту (при його наявності) в загальній системі оцінок – 40 балів. Право здавати заключний іспит дається студенту, якій з урахуванням максимальних балів проміжних оцінок і заключного іспиту набирає не менше 60 балів. Підсумкова оцінка навчального курсу є сумою проміжних оцінок і оцінки іспиту (за його наявності).

Поточний контроль проводиться на кожному семінарському або 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
Денна форма		Заочна форма			
Модуль 1	Модуль 2, 3, 4, 5	Модуль 1, 5	Модуль 2	Модуль 3, 4	
4	9-10	9-10	26-30	19-20	
3	7-8	7-8	21-25	16-18	
2,5	5-6	5-6	16-20	11-15	
2	3-4	3-4	10-15	6-10	

Відповідь правильна, повна, логічна, містить аналіз, систематизацію, узагальнення, використані міждисциплінарні зв'язки, містить аргументовані висновки				
Відповідь в цілому правильна, достатньо повна, логічна; допущені несуттєві помилки та неточності у викладенні матеріалу				
Відповідь частково правильна, містить неточності, недостатньо обґрунтована				
Відповідь має суттєві помилки, аргументи не сформульовані, використовуються невірна термінологія.				

1	1-2	1-2	1-9	1-5	Відповідь містить значну кількість суттєвих помилок, не обґрунтована
0					Студент не дає відповіді

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

Оцінювання курсової роботи

Виконання курсової роботи складається з двох складових: підготовка курсового проєкту, яка оцінюється у 70 балів та захисту курсового проєкту – 30 балів.

Максимальна кількість балів за курсовий проєкт – 100 балів.

№	Складова оцінки	Максимальна оцінка
1	Формулювання мети, завдань, об'єкту та предмету дослідження, актуальності теми.	5
2	Оформлення роботи згідно вимог до курсових проєктів: титульна сторінка, зміст, розмітка і нумерація сторінок, оформлення таблиць, рисунків, посилань, списку використаних джерел, обсяг роботи.	5
3	Теоретичне обґрунтування дослідження, аналіз, узагальнення теоретичного матеріалів, коректність понятійного апарату, доцільність використання термінології, формулювання теоретичних висновків. Достатній обсяг опрацьованого теоретичного матеріалу	10
4	Структура роботи, логічність подання текстового матеріалу, наявність змістовних зв'язків у розділах роботи, відповідність теоретичних узагальнень до практичних завдань, поставлених у роботі. відповідність змісту роботи її темі, меті і завданням	10
5	Доцільність обраного діагностичного інструментарію, використання методів математичної обробки емпіричних даних.	10
6	Грамотна інтерпретація отриманих емпіричних даних, ґрунтовність і логічність сформульованих висновків	10
7	Самостійність виконаної дослідницької роботи, самостійність інтерпретації та висновків	10
8	Творчий підхід до роботи, оригінальність, перспективність до подальших досліджень	10
Загальна кількість балів за підготовку курсового проєкту		70
9	Якість доповіді, її структура, послідовність, ґрунтовність доведень і умовиводів	10
10	Якість відповідей на запитання (правильність, ґрунтовність, аргументованість)	10
11	Якість наочних матеріалів до захисту (відео презентація)	10
Захист курсового проєкту		30
Підсумкова оцінка		100

Форма контролю	Максимальна кількість балів	
	Денна форма	Заочна форма
Модуль 1		
Практичні заняття	15x4 балів = 60 балів	5x10 балів = 50 балів
Контрольна робота (тестування)	4x10 = 40 балів	5x10 балів = 50 балів
Всього	100	100
Модуль 2		
Практичні заняття	7x10 балів = 70 балів	2x30 балів = 60 балів
Контрольна робота (тестування)	3x10 = 30 балів	4x10 = 40 балів
Всього	100	100
Модуль 3		
Практичні заняття	7x10 балів = 70 балів	3x20 балів = 60 балів
Контрольна робота (тестування)	3x10 = 30 балів	4x10 = 40 балів
Всього	100	100
Модуль 4		
Практичні заняття	7x10 балів = 70 балів	3x 20 балів = 60 балів
Контрольна робота (тестування)	3x10 = 30 балів	4x10 = 40 балів
Всього	100	100
Модуль 5		
Практичні заняття	7x10 балів = 70 балів	5x10 балів = 50 балів
Контрольна робота (тестування)	3x10 = 30 балів	5x10 балів = 50 балів
Всього	100	100
Модуль 6		
Курсова робота	100 балів	100 балів
Всього	100	100

8. КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

			Денне відділення		Заочне відділення	
			Вид роботи	Кількість балів	Вид роботи	Кількість балів
Модуль 1	ЗМ1	T1	Практичне заняття	4		—
		T2	Практичне заняття	4		—
		T3	Практичне заняття	4	Практичне заняття	10
			Тест	10	Тест	10
	ЗМ2	T4	Практичне заняття	4	Практичне заняття	10
		T5	Практичне заняття	4		—
		T6	Практичне заняття	4		—
		T7	Практичне заняття	4	Практичне заняття	10
		T8	Практичне заняття	4		—
		T9	Практичне заняття	4		—
			Тест	10	Тест	10
			Тест	—	Тест	10
	ЗМ3	T10	Практичне заняття	4	Практичне заняття	10
		T11	Практичне заняття	4		—
		T12	Практичне заняття	4	Практичне заняття	10
		T13	Практичне заняття	4		—
		T14	Практичне заняття	4		—
		T15	Практичне заняття	4		—
			Тест	10	Тест	10
			Тест	10	Тест	10

			Денне відділення		Заочне відділення	
			Вид роботи	Кількість балів	Вид роботи	Кількість балів
Сума				100	Сума	100
Модуль 2	ЗМ4	T16	Практичне заняття	10		—
		T17	Практичне заняття	10		—
		T18	Практичне заняття	10		—
		T19	Практичне заняття	10	Практичне заняття	30
		T20	Практичне заняття	10	Практичне заняття	30
		T21	Практичне заняття	10		—
		T22	Практичне заняття	10		—
			Тест	—	Тест	10
			Тест	10	Тест	10
			Тест	10	Тест	10
			Тест	10	Тест	10
Сума				100	Сума	100
Модуль 3	ЗМ5	T23	Практичне заняття	10		—
		T24	Практичне заняття	10		—
		T25	Практичне заняття	10	Практичне заняття	20
		T26	Практичне заняття	10		—
		T27	Практичне заняття	10	Практичне заняття	20
		T28	Практичне заняття	10	Практичне заняття	20
		T29	Практичне заняття	10		—
			Тест	—	Тест	10
			Тест	10	Тест	10
			Тест	10	Тест	10
			Тест	10	Тест	10
Сума				100	Сума	100
Модуль 4	ЗМ6	T30	Практичне заняття	10		—
		T31	Практичне заняття	20	Практичне заняття	20
		T32	Практичне заняття	10		—
		T33	Практичне заняття	10	Практичне заняття	20
		T34	Практичне заняття	20	Практичне заняття	20
			Тест	—	Тест	10
			Тест	10	Тест	10
			Тест	10	Тест	10
			Тест	10	Тест	10
Сума				100	Сума	100
Модуль 5	ЗМ7	T35	Практичне заняття	10	Практичне заняття	10
		T36	Практичне заняття	10		—
		T37	Практичне заняття	10	Практичне заняття	10
		T38	Практичне заняття	10	Практичне заняття	10
		T39	Практичне заняття	10	Практичне заняття	10
		T40	Практичне заняття	10	Практичне заняття	10
		T41	Практичне заняття	10		—
			Тест	—	Тест	10
			Тест	—	Тест	10
			Тест	10	Тест	10
			Тест	10	Тест	10

			Денне відділення		Заочне відділення	
			Вид роботи	Кількість балів	Вид роботи	Кількість балів
			Тест	10	Тест	10
Сума				100	Сума	100
Модуль 6	ІНДЗ (КР)			100	ІНДЗ (КР)	100
	Сума			100	Сума	100

9. РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

Основна література

1. Костюкевич В. М. Теорія і методика спортивної підготовки» (на прикладі командних ігрових видів спорту). Навчальний посібник. Вінниця: Планер, 2014. 616 с.
2. Костюкевич В. М. Теорія і методика тренування спортсменів високої кваліфікації: Навчальний посібник. Вінниця: Планер, 2007. 273 с.
3. Кутек Т. Б., Вовченко І. І. Основи теорії і методики спортивної підготовки: навчальний посібник. Житомир: ЖДУ імені Івана Франка, 2022. 108 с.
4. Шинкарук О. А. Теорія і методика підготовки спортсменів: управління, контроль, відбір, моделювання та прогнозування в олімпійському спорті: навч. посіб. Київ, 2013. 136 с.

Допоміжна література

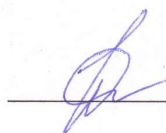
1. Волков Л. В. Теорія і методика дитячого та юнацького спорту. Підручник. Вид. 2-е, пер. і доп. Київ: Освіта України, 2016. 464 с.
2. Воронова В. І. Психологія спорту: навч. посібник. Київ: Олімпійська література, 2007. 298 с.
3. Костюкевич В. М. Теоретико-методичні аспекти тренування спортсменів високої кваліфікації. Вінниця: Планер, 2007. С. 4-6, 12-16.
4. Кутек Т. Б. Інноваційні підходи удосконалення навчально-тренувального процесу кваліфікованих спортсменів: метод. реком. Житомир: ЖДУ ім. Івана Франка, 2015. 24 с.
5. Кутек Т. Б. Відновлювальні засоби на етапі спеціалізованої базової підготовки спортсменів: наук.- метод. реком. Житомир: ЖДУ ім. І. Франка, 2015. 28 с.
6. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практическое приложение. Київ: Олимпийская литература, 2004. 808 с.
7. Платонов В. Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение. Київ: Олимпийская литература, 2013. 624 с.
8. Сергієнко Л. П. Спортивний відбір: теорія та практика. У 2 кн. Книга 2. Відбір у різні види спорту. Тернопіль: Навчальна книга Богдан, 2010. 784 с.
9. Сергієнко Л. П. Теорія та методика дитячого і юнацького спорту: підручник. Київ: Кондор, 2016. 542 с.
10. Солопчук М. С., Гурман Л. Д. Основні компоненти спортивного тренування: Структура підготовленості спортсменів: методичні рекомендації. Кам'янець-Подільський державний педагогічний університет, інформаційно-видавничий відділ, 2003. 27 с
11. Хорошуха М. Ф. Основи здоров'я юних спортсменів: монографія. Київ: НУБіП України, 2014. 722 с.

Інформаційні ресурси

1. Міністерство освіти і науки України: офіційний сайт. URL: <http://www.mon.gov.ua>
2. Національна бібліотека України імені В. І. Вернадського: офіційний сайт. URL: <http://www.nbuv.gov.ua/>.

3. Наукова бібліотека НУК імені адмірала Макарова: офіційний сайт
<http://lib.nuos.edu.ua/>

Розробник програми



Оксана АДАМЕНКО

**Результати перегляду робочої програми навчальної дисципліни
«ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ОБРАНОГО ВИДУ СПОРТУ»**

Оновити у розділ 9. РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ *Допоміжна література* та викласти у такій редакції:

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. Костюкевич В. М. Теорія і методика спортивної підготовки у запитаннях і відповідях: Навчально-методичний посібник. Вінниця: Планер, 2016. 159 с. Режим доступу: https://library.vspu.edu.ua/polki/akredit/kaf_5/kostukevich13.pdf (дата звернення: 28.02.2024).
3. Костюкевич В. М. Теоретико-методичні основи контролю у фізичному вихованні та спорті: монографія / В. М. Костюкевич, Є. П. Врублевський, Т. В. Вознюк та ін.; за ред. В. М. Костюкевича. Вінниця: Планер, 2017. 191 с.
4. Кутек Т. Б. Інноваційні підходи удосконалення навчально-тренувального процесу кваліфікованих спортсменів: метод. реком. Житомир: ЖДУ ім. Івана Франка, 2015. 24 с.
5. Кутек Т. Б. Відновлювальні засоби на етапі спеціалізованої базової підготовки спортсменів: наук.-метод. реком. Житомир: ЖДУ ім. І. Франка, 2015. 28 с.
6. Платонов В. Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение. Київ: Олимпийская литература, 2013. 624 с.
7. Сергієнко Л. П. Теорія та методика дитячого і юнацького спорту: підручник. Київ: Кондор, 2016. 542 с.
8. Хорошуха М. Ф. Основи здоров'я юних спортсменів: монографія. Київ: НУБіП України, 2014. 722 с.
9. Адаменко О. О., Дикусар М. Психологічна підготовка спортсменів з настільного тенісу. *Актуальні проблеми спорту, фізичного виховання, здоров'я людини*: збірник тез Всеукраїнської науково-практичної конференції студентів, аспірантів та молодих учених, 28 жовтня 2021 року. Миколаїв: НУК, 2021. С. 60–61.
10. Адаменко О. О., Заборей І. Підготовка спортсменів з греблі на каное в змагальному періоді. *Актуальні проблеми спорту, фізичного виховання, здоров'я людини*: збірник тез Всеукраїнської науково-практичної конференції студентів, аспірантів та молодих учених, 28 жовтня 2021 року. Миколаїв: НУК, 2021. С. 65–66.
11. Гусєв В., Адаменко О. Відбір юних спортсменів у кікбоксингу на етапі попередньої базової підготовки. *Розвиток фізичної культури та спорту: новітні виклики, проблеми та перспективи*: матеріали Міжнародної онлайн-конференції студентів, аспірантів і молодих вчених, 28 жовтня 2022 року. Миколаїв: НУК, 2022. С. 62–66.
12. Запша М., Адаменко О. Проблеми психологічної підготовки спортсменів-легкоатлетів. *Розвиток фізичної культури та спорту: новітні виклики, проблеми та перспективи*: матеріали Міжнародної онлайн-конференції студентів, аспірантів і молодих вчених, 28 жовтня 2022 року. Миколаїв: НУК, 2022. С. 76–79.
13. Fitness training in functional preparedness of highly qualified football players / G. Lisenchuk, V. Leleka, K. Bogatyrev, S. Kokareva, O. Adamenko, N. Shchekotylyna, S. Romanenko, Svitlana Krupenya. *Journal of Physical Education and Sport*, Vol. 23 (issue 2), Art 62, p. 502-509.
14. Баркар А. О. Адаменко О. О. Удосконалення техніки кульової стрільби з малокаліберної гвинтівки на етапі попередньої базової підготовки стрільків. *Сучасні проблеми фізичного виховання, спорту та здоров'я людини*: матеріали VII інтернет-конференції (м. Одеса, 17-18 жовтня 2023 р.). Одеса: Букаєв Вадим Вікторович, 2023. С. 10–14.
15. Шиндряєв С. С., Адаменко О. О. Підвищення рівня фізичної підготовленості футболістів на етапі попередньої базової підготовки з використанням інноваційних фітнес-технологій. *Сучасні проблеми фізичного виховання, спорту та здоров'я людини*: матеріали VII інтернет-конференції (м. Одеса, 17-18 жовтня 2023 р.). Одеса: Букаєв Вадим Вікторович, 2023. С. 195–199.

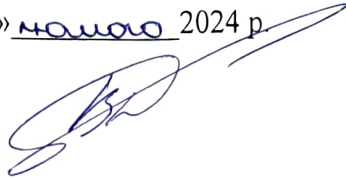
16. Підтоптаний П. В., Адаменко О. О. Розвиток силових якостей спортсменів з пауерліфтингу на етапі спеціалізованої базової підготовки. *Сучасні проблеми фізичного виховання, спорту та здоров'я людини: матеріали VII інтернет-конференції* (м. Одеса, 17-18 жовтня 2023 р.). Одеса: Букаєв Вадим Вікторович, 2023. С. 209–213.

17. Запша М., Адаменко О. Розвиток витривалості у спортсменів-стаєрівна етапі спеціалізованої базової підготовки в середньогір'ї. *Scientific Research as a Mechanism of Effective Human Development: VIII International scientific and practical conference* (January 31-February 2, 2024). Sofia, Bulgaria, International Scientific Unity, 2024. P. 273-277.

Зміни до робочої програми навчальної дисципліни «ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ОБРАНОГО ВИДУ СПОРТУ» розглянуто на засіданні кафедри теоретичних основ олімпійського та професійного спорту

Протокол № 7 від «19» листопада 2024 р.

В. о. завідувача кафедри



Віктор ДЕРКАЧ

Зміни до робочої програми навчальної дисципліни «ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ОБРАНОГО ВИДУ СПОРТУ» узгоджено з гарантом освітньої програми

Гарант освітньої програми «Олімпійський та професійний спорт»

Кандидат педагогічних наук, доцент кафедри

теоретичних основ олімпійського та професійного спорту



Оксана АДАМЕНКО