МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ ТА НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ КОРАБЛЕБУДУВАННЯ
імені адмірала Макарова

НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ ІНСТИТУТ ІМЕНІ В.О.СУХОМЛИНСЬКОГО
(повна назва підрозділу)

КАФЕДРА ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА СПОРТУ
(повна назва кафедри)

ЗАТВЕРДЖЕНО
Проректор з науково-педагогічної роботи
Сергій СЛОБОДЯН

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
Program of the Discipline

СПОРТИВНІ СПОРУДИ ТА ОБЛАДНАННЯ
Sports Facilities and Equipment

рівень вищої освіти перший (бакалаврський)

тип дисципліни вибіркова

мова викладання українська

Миколаїв – 2025 р.

Робоча програма навчальної дисципліни «Спортивні споруди та обладнання» скерована на підготовку фахівців усіх галузей знань усіх спеціальностей.

«25» вересня 2025 року. 12 с.

Розробник: *Лелека Віталій Миколайович, доктор педагогічних наук, доцент кафедри фізичної культури та спорту.*

Проєкт робочої програми навчальної дисципліни «Спортивні споруди та обладнання» розглянуто на засіданні *кафедри фізичної культури та спорту*

Протокол № 4 від « 1 » жовтня 2025 р.

Завідувач кафедри Віталій ЛЕЛЕКА

Проєкт робочої програми навчальної дисципліни «Спортивні споруди та обладнання» розглянуто Навчально-методичною комісією *Навчально-наукового педагогічного інституту імені В.О.Сухомлинського*

Протокол № 1 від « 14 » жовтня 2025 р.

Голова Людмила ХРЯЩЕВСЬКА

Проєкт робочої програми навчальної дисципліни «Спортивні споруди та обладнання» погоджено з навчальним відділом

Начальник відділу Андрій ЛАБАРТКАВА

Робоча програма навчальної дисципліни «Спортивні споруди та обладнання» затверджено Навчально-методичною радою НУК

Протокол № 8 від «29» жовтня 2025 р.

Голова НМР НУК Сергій СЛОБОДЯН

© НУК, 2025

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 їхнього демонстрування *10*

7. Форми поточного та підсумкового контролю *10*

8. Критерії оцінювання результатів навчання *12*

9. Рекомендовані джерела інформації *12*

ВСТУП

Вивчення навчальної дисципліни «Спортивні споруди та обладнання» спрямоване на формування у студентів системних знань щодо класифікації, будови, призначення та експлуатації спортивних об’єктів і обладнання. Дисципліна передбачає оволодіння сучасними методами проектування спортивних споруд, правилами безпечного їх використання, організаційними аспектами підготовки приміщень та територій для занять фізичною культурою і спортом. Метою є підготовка фахівців, здатних забезпечувати безпечні та ефективні умови для проведення спортивних і оздоровчих занять, а також інтегрувати знання про споруди та обладнання у практичну діяльність.

Курс включає теоретичні та практичні аспекти: від історії розвитку спортивних об’єктів до сучасних стандартів проектування і експлуатації, з акцентом на фізіологічні, психологічні та безпекові вимоги. Вивчення дисципліни дозволяє студентам усвідомити важливість правильно організованого середовища для фізичної активності та оздоровлення, підвищити професійну компетентність у сфері спортивної інфраструктури та методики її використання.

Анотація

Вивчення навчальної дисципліни «Спортивні споруди та обладнання» спрямоване на формування у студентів знань, умінь та практичних навичок щодо проектування, експлуатації та технічного обслуговування спортивних об’єктів і обладнання. Дисципліна передбачає оволодіння сучасними стандартами та нормативами, класифікацією спортивних споруд, типами спортивного обладнання, вимогами до їх безпечного та ефективного використання. Метою є підготовка фахівців, здатних планувати та організовувати фізкультурно-оздоровчу та спортивну діяльність, забезпечуючи комфортні умови для тренувань і змагань, а також дотримання вимог безпеки та санітарних норм.

Ключові слова: *спортивні споруди, спортивне обладнання, проектування, експлуатація, технічне обслуговування, безпека, стандарти, фізична культура, організація тренувань, змагання, нормативи.*

Annotation

The study of the academic discipline "Sports Facilities and Equipment" is aimed at developing students’ knowledge, skills, and practical abilities regarding the design, operation, and maintenance of sports facilities and equipment. The course covers modern standards and regulations, classification of sports facilities, types of sports equipment, and requirements for their safe and effective use. The aim is to prepare specialists capable of planning and organizing physical fitness and sports activities, ensuring comfortable conditions for training and competitions while adhering to safety and sanitary standards.

Keywords: *sports facilities, sports equipment, design, operation, maintenance, safety, standards, physical culture, training organization, competitions, regulations.*

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 – 6</td><td rowspan="3">Усі галузі знань</td><td colspan="2">Вибіркова</td></tr>
<tr><td>Модулів – 1</td><td colspan="2">Рік підготовки: 4</td></tr>
<tr><td>Змістових модулів – 6</td><td colspan="2">Семестр – 8</td></tr>
<tr><td rowspan="6">Електронний адрес РПНД на сайті Університету:</td><td rowspan="6">Усі спеціальності</td><td colspan="2">Лекцій, год.</td></tr>
<tr><td>-</td><td>-</td></tr>
<tr><td colspan="2">Практичні заняття, год.</td></tr>
<tr><td>60</td><td>24</td></tr>
<tr><td colspan="2">Самостійна робота, год.</td></tr>
<tr><td>120</td><td>156</td></tr>
<tr><td>Загальна кількість годин – 180</td><td colspan="2"></td></tr>
<tr><td rowspan="2">Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 4; самостійної роботи – 8.</td><td rowspan="2">Освітній рівень: перший (бакалаврський)</td><td colspan="2">Вид контролю: залік.</td></tr>
<tr><td colspan="2">Форма контролю: усна, письмова</td></tr>
</table>

2. МЕТА ВИВЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Метою вивчення дисципліни «Спортивні споруди та обладнання» є формування у студентів системних знань та практичних навичок щодо проектування, експлуатації, технічного обслуговування та безпечного використання спортивних об’єктів і обладнання, а також підготовка фахівців, здатних забезпечувати організацію тренувального та змагального процесу відповідно до сучасних стандартів та нормативів.

3. ПЕРЕДУМОВИ ДЛЯ ВИВЧЕННЯ ДИСЦИПЛІНИ

Передумов для вивчення дисципліни немає.

4. ОЧІКУВАНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ

У результаті вивчення дисципліни студент здатен застосовувати знання щодо класифікації та типів спортивних споруд і обладнання у практичній діяльності, проектувати, організовувати та контролювати використання спортивних об’єктів відповідно до нормативних та технічних вимог, забезпечувати безпечні умови проведення тренувань і змагань, контролюючи технічний стан обладнання. Студент враховує сучасні стандарти, санітарні та безпекові норми при плануванні та експлуатації спортивних споруд, аналізує ефективність використання спортивного обладнання та пропонує заходи щодо його оптимізації, а також бере участь у підготовці та організації спортивних заходів, враховуючи характеристики об’єктів та інвентарю.

5. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

МОДУЛЬ 1.

Змістовий модуль 1. Поняття та основи спортивних споруд і обладнання

Тема 1. Суть спортивних споруд та їх значення

1. Визначення спортивних споруд та їх класифікація.
2. Основні цілі та функції спортивних об’єктів.
3. Необхідні умови для безпечного та ефективного використання.

Література: [1], стор. 10–18

Тема 2. Основні принципи організації та експлуатації спортивних споруд

1. Принципи безпеки та ефективності при використанні.
2. Взаємозв’язок технічного стану та фізичного навантаження.
3. Етичні та педагогічні аспекти роботи з учнями та спортсменами.

Література: [1], стор. 19–25

Змістовий модуль 2. Основи проектування та обладнання спортивних споруд

Тема 3. Проектування спортивних споруд

1. Вибір типу та конструкції об’єкта відповідно до призначення.
2. Вплив розмірів та характеристик на ефективність занять.
3. Вимоги до безпеки та комфорту користувачів.

Література: [1], стор. 26–40

Тема 4. Види та функції спортивного обладнання

1. Класифікація обладнання: стаціонарне, мобільне, тренажери.
2. Вплив обладнання на ефективність тренувань та безпеку.
3. Правила експлуатації та зберігання.

Література: [1], стор. 41–55

Змістовий модуль 3. Фізіологічні та психологічні аспекти

Тема 5. Вплив спортивних споруд і обладнання на організм

1. Поліпшення фізичних якостей спортсменів та учнів.
2. Забезпечення безпечного навантаження на опорно-руховий апарат.
3. Врахування вимог до навантаження залежно від віку та рівня підготовки.

Література: [1], стор. 56–70

Тема 6. Психологічний вплив та комфорт користувачів

1. Забезпечення емоційного та психологічного комфорту під час занять.
2. Підвищення мотивації та уваги через правильну організацію простору.
3. Формування безпечної та позитивної атмосфери у спортивних приміщеннях.

Література: [1], стор. 71–80

Змістовий модуль 4. Практична підготовка та безпека

Тема 7. Організація тренувального процесу та підготовка об’єктів

1. Підготовка спортивних споруд до занять.
2. Розташування обладнання для безпечної роботи.
3. Планування індивідуального та групового використання.
   Література: [1], стор. 81–95

Тема 8. Техніка безпеки при використанні спортивних споруд і обладнання

1. Основні протипоказання та обмеження.
2. Контроль технічного стану обладнання.
3. Адаптація комплексу до фізичного стану учнів.
   Література: [1], стор. 96–110

Змістовий модуль 5. Оцінювання та інтеграція знань

Тема 9. Методи контролю та оцінювання ефективності використання

1. Самоспостереження та ведення журналу використання обладнання.
2. Оцінка фізичних і технічних показників.
3. Корекція програм і організації занять на основі результатів.
   Література: [1], стор. 111–125

Тема 10. Інтеграція спортивних споруд та обладнання у повсякденну діяльність

1. Використання спортивного обладнання у навчальних та оздоровчих програмах.
2. Забезпечення доступності та безпеки для різних груп користувачів.
3. Формування звички до фізичної активності та здорового способу життя.
   Література: [1], стор. 126–140

Змістовий модуль 6. Підсумки та перспективи розвитку

Тема 11. Підведення підсумків курсу та самооцінка прогресу

1. Аналіз досягнутих знань і практичних навичок.
2. Рефлексія власних досягнень і труднощів.
3. Обговорення результатів з викладачем або групою.

Тема 12. Рекомендації для подальшого розвитку та поглиблення знань

1. Плани для самостійного опрацювання та практики.
2. Поглиблення знань про спортивні споруди, обладнання та стандарти безпеки.
3. Використання знань для забезпечення ефективності та безпеки тренувального процесу.

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 Поняття та основи спортивних споруд і обладнання								
Тема 1. Суть спортивних споруд та їх значення	15	-	6	9	15	-	4	11
Тема 2. Основні принципи організації та експлуатації спортивних споруд.	15	-	4	11	15	-	-	15
Разом за змістовим модулем 1	30	-	10	20	30	-	4	26
Змістовий модуль 2. Основи проектування та обладнання спортивних споруд.								
Тема 3. Проектування спортивних споруд	15	-	6	9	15	-	4	11
Тема 4. Види та функції спортивного обладнання	15	-	4	11	15	-	-	15
Разом за змістовим модулем 2	30	-	10	20	30	-	4	26
Змістовий модуль 3. Фізіологічні та психологічні аспекти								
Тема 5. Вплив спортивних споруд і обладнання на організм.	15	-	6	9	15	-	-	15
Тема 6. Психологічний вплив та комфорт користувачів	15	-	4	11	15	-	4	11
Разом за змістовим модулем 3	30	-	10	20	30	-	4	26
Змістовий модуль 4. Практична підготовка та безпека								
Тема 7. Організація тренувального процесу та підготовка об’єктів	15	-	8	7	15	-	4	11
Тема 8. Техніка безпеки при використанні спортивних споруд і обладнання.	15	-	6	9	15	-	-	15
Разом за змістовим модулем 4	30	-	14	16	30	-	4	26
Змістовий модуль 5. Оцінювання та інтеграція знань								
Тема 9. Методи контролю та оцінювання ефективності використання	15	-	4	11	15	-	4	11
Тема 10. Інтеграція спортивних споруд та обладнання у повсякденну діяльність	15	-	4	11	15	-	-	15
Разом за змістовим модулем 5	30	-	8	22	30	-	4	26
Змістовий модуль 6. Підсумки та перспективи розвитку								
Тема 11. Підведення підсумків курсу та самооцінка прогресу.	15	-	4	11	15	-	4	11
Тема 12. Рекомендації для подальшого розвитку та поглиблення знань.	15	-	4	11	15	-	-	15
Разом за змістовим модулем 6	30	-	8	22	30	-	4	26
Разом за курсом	180	-	60	120	180	-	24	156

Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1	**Тема 1.** Суть спортивних споруд та їх значення	6	4
2	**Тема 2**. Основні принципи організації та експлуатації спортивних споруд.	4	-
3	**Тема 3**. Проектування спортивних споруд	6	4
4	**Тема 4.** Види та функції спортивного обладнання	4	-
5	**Тема 5.** Вплив спортивних споруд і обладнання на організм.	6	-
6	**Тема 6.** Психологічний вплив та комфорт користувачів	4	4
7	**Тема 7.** Організація тренувального процесу та підготовка об'єктів	8	4
8	**Тема 8.** Техніка безпеки при використанні спортивних споруд і обладнання.	6	-
9	**Тема 9.** Методи контролю та оцінювання ефективності використання	4	4
10	**Тема 10.** Інтеграція спортивних споруд та обладнання у повсякденну діяльність	4	-
11	**Тема 11.** Підведення підсумків курсу та самооцінка прогресу.	4	4
12	**Тема 12.** Рекомендації для подальшого розвитку та поглиблення знань.	4	-
	Разом	**60**	24

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 практичних занять – ***2-3 год./1 робота***;
- 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
2	Підготовка до практичних робіт	60	60
3	Підготовка до контрольної роботи	60	96
	Разом	**120**	**156**

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

Методи навчання – способи, якими забезпечується набуття здобувачами відповідних компетенцій через засвоєння програмного матеріалу та активізацію навчального процесу, а саме:

• **для всіх видів занять:** робота з літературою; пояснення; дискусія; диспут; демонстрування;

• **для лекційних занять:** лекція; бесіда; ілюстрування; відеометод;

• **для практичних занять:** вправа; інструктаж;

• **методи контролю і самоконтролю:** фронтальне опитування; контрольні роботи; контрольні тестові роботи програмованого типу (перелік запитань і можливі варіанти відповідей).

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. Під компонентом проміжних оцінок розуміються поточні оцінки протягом семестру (активність, участь в дискусіях; виконання завдань та інше). Питома вага заключного іспиту 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.

Поточний контроль проводиться на кожному 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 практичних 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	
5	10	Відповідь правильна, повна, логічна, містить аналіз, систематизацію, узагальнення, використані міжпредметні зв'язки, містить аргументовані висновки.
4	8-9	Відповідь в цілому правильна, достатньо повна, логічна; допущені несуттєві помилки та неточності у викладенні матеріалу
3	6-7	Відповідь частково правильна, містить неточності, недостатньо обґрунтована.
2	4-5	Відповідь має суттєві помилки, аргументи несформульовані, використовуються невірна термінологія.
1	1-3	Відповідь містить значну кількість суттєвих помилок, не обґрунтована.
0		Студент не дає відповіді.
Максимальна оцінка студента за даний компонент програми 75 балів (для студентів денної форми навчання 15 занять по 5 балів та для студентів заочної форми навчання 6 занять по 10 балів)		

Поточний модульний контроль у формі тестування денна форма

Правильних відповідей, %	100	90	80	70	60	50	40	30	20	10
Бал	25	23	20	17	15	12	10	7	5	2

Поточний модульний контроль у формі тестування заочна форма

Правильних відповідей, %	100	90	80	70	60	50	40	30	20	10
Бал	40	36	32	28	24	20	16	12	8	4

Форма контролю	Максимальна кількість балів	
	Денна форма	Заочна форма
Відповіді на практичних заняттях	15×5 балів=75 балів	6×10 балів=60 балів
Поточний модульний контроль	25 балів	40 балів
Всього	100	100

8. КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

		Денна форма		Заочна форма	
		Вид роботи	Кількість балів	Вид роботи	Кількість балів
ЗМ1	Т1	Практичне заняття	5	Практичне заняття	10
	Т2	Практичне заняття	5		
ЗМ2	Т3	Практичне заняття	5	Практичне заняття	10
	Т4	Практичне заняття	5		
ЗМ3	Т5	Практичне заняття	10		
	Т6	Практичне заняття	5	Практичне заняття	10
ЗМ4	Т7	Практичне заняття	10	Практичне заняття	10
	Т8	Практичне заняття	10		
ЗМ5	Т9	Практичне заняття	5	Практичне заняття	10
	Т10	Практичне заняття	5		
ЗМ6	Т11	Практичне заняття	5	Практичне заняття	10
	Т12	Практичне заняття	5		
Поточний модульний контроль			25		40
Сума			**100**		**100**

9. РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

Основна література

1. Шаверський В., Скалій Т., Литвинчук Ю. «Спортивні споруди і обладнання» — навчально-методичний посібник, 2023.- 140 с.

Допоміжна література

1. Волков С. В., Петренко І. І**.** Спортивне обладнання та інвентар у фізичному вихованні: навчальний посібник. – Київ: Освіта, 2019. – 150 с.

2. Ковальчук П. В**.** Безпека у спортивних спорудах: навчальний посібник. – Львів: Видавництво ЛНУ, 2020. – 120 с.

Інформаційні ресурси в інтернет

1. Міністерство освіти і науки України. Методичні рекомендації щодо організації фізичного виховання та використання спортивного обладнання. – URL: https://mon.gov.ua/ua/npa

2. Національний університет фізичного виховання і спорту України. Спортивні споруди та інвентар: навчальні матеріали. – URL: https://nupes.edu.ua

3. World Health Organization (WHO). Physical activity and safe infrastructure. – URL: https://www.who.int/health-topics/physical-activity

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

Розробник програми _____ Віталій ЛЕЛЕКА