

Силабус практикуму

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА СПОРТУ ВИЩИХ ДОСЯГНЕНЬ

Освітній ступінь	Магістр	
Галузь знань:	01 освіта/педагогіка	
Спеціальність	017 фізична культура і спорт	
Кількість кредитів	12	
Рік підготовки	2023-2024	
Семестр	IX-X (денна форма); XI-XII (заочна форма)	
Компонент освітньої програми	за вибором	
Мова викладання	Українська	
Формат курсу	Денна/заочна форми навчання	
Викладачі курсу	<ol style="list-style-type: none"> 1. Передерій Аліна Володимирівна, доктор наук з фізичного виховання, професор, професор кафедри теорії спорту та фізичної культури 2. Хіменес Христина Робертівна кандидат наук з фізичного виховання, доцент, доцент кафедри теорії спорту та фізичної культури 	
Контактна інформація	e-mail: alinakrismam@gmail.com e-mail: Kh.Khimenes@gmail.com	
Опис дисципліни		
Загальна кількість годин	360	
Обсяг курсу	Денна форма: 166 годин аудиторних: з них: 24 години лекцій; 46 годин семінарських та 96 годин практичних занять 194 години самостійної роботи	Заочна форма: 58 годин аудиторних: з них: 20 годин лекцій; 12 годин семінарських та 26 практичних занять 302 години самостійної роботи
Мета курсу	формування у магістрантів фундаментальних знань, вмінь та навичок стосовно підготовки кваліфікованих спортсменів, що базуються на сучасних досягненнях провідних вітчизняних і іноземних вчених та світової практики	
Навчальний контент	Додаток	
Формування програмних компетентностей	<ul style="list-style-type: none"> • ЗК1. Здатність діяти соціально відповідально та свідомо. • ЗК2. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел. • ЗК3. Здатність до адаптації та дії в новій ситуації. • ЗК4. Здатність виявляти, ставити та вирішувати проблеми. • СК5. Здатність розв'язувати проблеми у сфері фізичної культури та спорту у нових або незнайомих середовищах за наявності неповної або обмеженої інформації з урахуванням аспектів соціальної та етичної відповідальності. • СК6. Здатність до самоосвіти, самовдосконалення та саморефлексії для успішної професіоналізації у сфері фізичної культури і спорту. 	

	<ul style="list-style-type: none"> • СК12.Здатність організувати тренувальний процес і систему змагань спортсменів різної кваліфікації. • СК13.Здатність організувати роботу та здійснювати управління діяльністю ДЮСШ, СДЮСШОР, ШВСМ спортивних, спортивно-оздоровчих та оздоровчо-рекреаційних клубів. • СК15. Здатність аналізувати стан, виявляти проблеми та перспективи розвитку соціальних практик спорту в державі.
<p>Літературні джерела</p>	<p style="text-align: center;">Основні:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Передерій А. В. Професійна діяльність у спорті : лекція з навчальної дисципліни "Теорія і методика спорту вищих досягнень" / Передерій А. В. - Львів, 2018. - 17 с. http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/14359 2. Передерій А. В. Тренер-професіонал : лекція з навчальної дисципліни "Теорія і методика спорту вищих досягнень" / Передерій А. В. - Львів, 2018. - 16 с. http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/14360 3. Педагогічна діяльність тренера : лекція з навчальної дисципліни "Теорія і методика спорту вищих досягнень" http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/14362 4. Передерій А. В. Основи теорії адаптації та закономірності її формування у спортсменів : лекція з навчальної дисципліни "Теорія і методика спорту вищих досягнень" / Передерій А. В. - Львів, 2018. - 14 с. http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/14370 5. Передерій А. В. Адаптація опорно-рухового апарату та функціональних систем : лекція з навчальної дисципліни "Теорія і методика спорту вищих досягнень" / Передерій А. В. - Львів, 2018. - 12 с. http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/14372 6. Тренер-психолог : лекція з навчальної дисципліни "Теорія і методика спорту вищих досягнень" http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/14367 7. Передерій А. В. Навантаження як компонент системи підготовки спортсменів : лекція з навчальної дисципліни "Теорія і методика спорту вищих досягнень" / Передерій А. В. - Львів, 2018. - 14 с. http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/14374 8. Передерій А. В. Втома та відновлення в системі підготовки спортсменів : лекція з навчальної дисципліни "Теорія і методика спорту вищих досягнень" / Передерій А. В. - Львів, 2018. - 14 с. http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/14376 9. Передерій А. В. Специфіка дидактичних принципів у спорті : лекція з навчальної дисципліни "Теорія і методика

спорту вищих досягнень" / Передерій А. В. - Львів, 2018. - 9 с.
<http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/14364>

10. Психологія спорту : навч. посіб. / В. І. Воронова. – Київ : Олімпійська література, 2007. – 298 с.

11. Comparative analysis of choreographic training of athletes from foreign and Ukrainian sport aerobics teams / Briskin Yu, Todorova V, Perederiy A, Pityn M. // Journal of Physical Education and Sport. – 2016. – Vol. 16, is. 4. – P. 1352–1356.

12. Pityn M. Features of theoretical training in combative sports / Pityn Maryan, Briskin Yuriy, Zadorozhna Olha // Journal of Physical Education and Sport. – 2013. – Vol. 13(2), art 32. – P. 195–198.

Допоміжні:

1. Гірник А. М. Основи психопедагогіки : навч. посіб. для ад'юнктів (аспірантів), слухачів ФПК, викладачів вузів / А. М. Гірник. – Київ : КВГІ, 1996. – 136 с.

2. Гринь О. Система психологічного забезпечення підготовки спортсменів як проблема сучасної психології спорту / О. Гринь, В. Воронова // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2015. – № 3. – С. 29–34.

3. Келлер В. С. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів / В. С. Келлер, В. М. Платонов. – Львів : Українська Спортивна Асоціація, 1992. – 269 с.

4. Оцінювання психофізіологічних станів у спорті : монографія / Георгій Коробейніков, Євген Приступа, Леся Коробейнікова, Юрій Бріскін. – Львів : ЛДУФК, 2013. – 311 с. – ISBN 978-966-2328-59-2.

5. Педагогічна майстерність / за заг. ред. І. А.Зязюна. – Київ : Вища школа, 1997. – 349 с., іл.

6. Приступа Є. Формування системи знань про спорт інвалідів / Євген Приступа, Юрій Бріскін, Аліна Передерій // Humanistyczny wymiar kultury fizycznej / red. nauk. Mariusz Zasada [i in.]. Seria: Monografie. – Bydgoszcz ; Lwow ; Warszawa, 2010. – Nr 12. – S. 245–258.

7. Sport specialists attitude to structure and contents of theoretical preparation in sport [Electronic resource] / Maryan Pityn, Yuriy Briskin, Alina Perederiy, Yaroslav Galan, Oleksandr Tsyhykalo, Iryna Popova // Journal of Physical Education and Sport. – 2017. – Vol. 17, is. 3. – P. 988–994. doi:10.7752/jpes.2017.s3152<http://efsupit.ro/images/stories/17august2017/art152.pdf>

Інформаційні ресурси інтернет:

1. Кодекси України. Класифікатор професій ДК 003:2010 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://kodeksy.com.ua/ka/buh/kp.htm>

2. Верховна Рада України. Закони [Електронний

	<p>ресурс]. – Режим доступу: http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12</p> <p>3. Про затвердження Положення про дитячо-юнацьку спортивну школу [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/993-2008-п</p> <p>4. Міністерство молоді та спорту України. Сайт [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://dsmsu.gov.ua/index/ua</p> <p>5. Концепція підготовки спортсменів України до Ігор XXXII Олімпіади 2020 р. в м. Токіо (Японія) [Електронний ресурс]. – Режим доступу: http://www.dsmsu.gov.ua/media/2017/03/29/42/Koncepciya_Tokio.pdf</p> <p>6. Концепція підготовки спортсменів України до Ігор XXXIII Олімпіади 2024 р. в м. Парижі (Франція) https://mms.gov.ua/sport/mizhnarodni-zmagannya/olimpijski-zmagannya/olimpijski-igri/parizh-2024/koncepciya-pidgotovki-sportsmeniv-ukravini-do-igor-hhhiii-olimpiadi-2024-roku-u-m-parizh-franciya</p>	
<p>Політика оцінювання</p>	<p>Політика щодо дедлайнів та перескладання: завдання модульного контролю виконуються у визначені робочої програмою терміни. При виконанні завдань з порушенням графіку без поважних причин (змагання, навчально-тренувальні збори, хвороба тощо), оцінка не перевищує 75% від максимальної.</p> <p>Політика щодо академічної доброчесності: списування під час контрольних робіт та екзаменів заборонені. При виконанні письмових робіт із використанням ідей, тверджень, відомостей надавати посилання на джерела інформації. За відсутності коректних посилань на інформаційні джерела виконані завдання не оцінюються.</p> <p>Політика щодо відвідування: відвідування занять (незалежно від форми проведення он- чи офлайн) є обов'язковим компонентом оцінювання.</p>	
<p>Навчальні методи та техніки, які будуть використовуватися під час викладання курсу</p>	<p>Лекції, презентації, інтерактивні методи (ситуаційні завдання, заняття-диспути, мозковий штурм, дискусії тощо)</p>	
<p>Оцінювання</p>	<p>Денна форма: I семестр Опитування на семінарах: до 25 балів Самостійні роботи: 1. Аналіз правових документів, що регламентують професійну діяльність фахівця Олімпійського і професійного спорту – до 5 балів. 2. Підготовка мультимедійної презентації «Роль спортсмена в сучасному суспільстві» – до 10</p>	<p>Заочна форма: I семестр Опитування на семінарах: до 15 балів Самостійні роботи: 1. Аналіз правових документів, що регламентують професійну діяльність фахівця Олімпійського і професійного спорту – до 15 балів. 2. Підготовка мультимедійної презентації «Роль спортсмена в сучасному суспільстві» – до 15</p>

<p>балів. 3. Реферат-роздум “Тренер-кумир” – до 10 балів. 4. Скласти план позатренувальних заходів збору або план формування традицій команди – до 10 балів 5. Організація та проведення психотехнічних тренувань – до 10 балів. Конспекти підготовки (у разі відсутності на лекційних заняттях) – до 10 балів. Завдання з практики – 30 балів За виконання семетрових завдань – 0-100 балів.</p> <p>II семестр Опитування на семінарах: до 25 балів Практичні роботи: 1-2. Аналіз адаптаційних змін, що відбуваються під впливом тренувальних навантажень різної спрямованості – до 10 (2x5) балів. 3. Адаптація функціональних систем до фізичних навантажень (на прикладі обраної спеціалізації) – до 5 балів. 4-5. Характеристика тренувальних навантажень спортсменів – до 10 (2x5) балів. Конспекти підготовки (обов’язкові у разі відсутності на лекційних заняттях) – до 10 балів.</p> <p>Допуск до іспиту – 18-50 балів. умовою допуску є факт виконання завдань практичного модуля з поданням про це письмового звіту Іспит – до 50 балів</p>	<p>балів. 3. Реферат-роздум “Тренер-кумир” – до 15 балів. 4. Скласти план позатренувальних заходів збору або план формування традицій команди – до 10 балів Конспекти підготовки – до 10 балів. Завдання з практики – 30 балів Сумарно за виконання семетрових завдань студент отримує від 0 до 100 балів.</p> <p>II семестр Опитування на семінарах: до 5 балів Самостійні роботи: 1. Аналіз адаптаційних змін, що відбуваються під впливом тренувальних навантажень різної спрямованості – до 10 балів. 2. Характеристика тренувальних навантажень спортсменів – до 10 балів. 3. Виконання завдань практичного модуля – до 25 балів. Конспекти підготовки (обов’язкові у разі відсутності на лекційних заняттях) – до 10 балів. Допуск до іспиту – 18-50 балів. Іспит – до 50 балів</p>
---	--

ДОДАТОК

Навчальний контент

	Теми	Результати навчання
МОДУЛЬ 1		
Змістовий модуль 1. Професійна діяльність у спорті вищих досягнень		
1	Професійна діяльність в спорті.	Знати: структуру навчальної дисципліни «Теорія і методика спорту вищих досягнень»; особливості спорту як сфери

		професійної діяльності; соціальні практики спорту; види професійної діяльності в спорті; характеристику окремих видів діяльності в спорті; фактори середовища, що впливають на роботу тренера.
2	Тренер-професіонал.	Знати: структуру підготовленості тренера; функції тренера; рівні професійної майстерності тренера; види професійно-педагогічних здібностей тренера; особистість тренера як чинник успішності підготовки; стилі керівництва групою.
Змістовий модуль 2 Тренер-педагог		
3	Педагогічна діяльність тренера.	Знати: зміст педагогічної діяльності тренера; система спеціальних знань, що необхідна спортсменові; вплив занять спортом на особистість; структуру та зміст щоденника самоконтролю спортсмена; основні засоби та методи передачі інформації в навчально-тренувальному процесі; допоміжні засоби і методи передачі інформації.
4	Специфіка дидактичних принципів в спорті.	Знати: специфіку дидактичних принципів в спорті; принцип доцільності і практичності; принцип готовності; принцип керованості та підконтрольності; принцип позитивної мотивації; принцип систематичності; принцип змістовної та перцептивної наочності (полісенсорності); принцип планомірності і поступовості; принцип методичного динамізму та прогресування; принцип функціональної надмірності та надійності; принцип міцності і пластичності; принцип доступності та спонукальної складності; принцип індивідуалізованого навчання у колективі. принцип формально-евристичної єдності. принцип науково-раціональної та інтуїтивно-емпіричної єдності.
Змістовий модуль 3. Тренер-психолог		
5	Тренер-психолог.	Знати: мету, завдання та зміст психічної підготовки спортсменів; методику психічної підготовки спортсменів; психічні стани спортсмена перед стартом та способи управління ними; проблему психічної підготовки в спорті; характеристика діяльності практичного психолога в спорті; особливості мотивації спортсмена в тренувальному процесі; психологічні

		чинники успішності процесу підготовки.
МОДУЛЬ 2 – практичний		
ПРАКТИКА ДІЯЛЬНОСТІ СПОРТИВНОЇ ОРГАНІЗАЦІЇ		
МОДУЛЬ 3		
Змістовний модуль 4. Адаптація в спорті		
6	Основи теорії адаптації та закономірності її формування у спортсменів.	Знати: застосування теорії адаптації до побудови підготовки спортсменів; зміни в організмі під впливом активної м'язової діяльності; формування термінової адаптації. формування довготривалої адаптації; явища деадаптації, реадаптації і переадаптації у спортсменів.
7	Адаптація опорно-рухового апарату та функціональних систем.	Знати: структурно-функціональні особливості рухових одиниць м'язів; спортивну спеціалізацію і структуру м'язових тканин; зміни у м'язових волокнах під впливом навантажень різної спрямованості.
Змістовний модуль 5. Навантаження та відновлення в системі підготовки спортсменів		
8	Вплив навантаження на організм спортсменів	Знати: характеристику навантажень, що застосовуються в спорті; компоненти навантажень та їх вплив на формування реакцій адаптації; специфічність реакцій адаптації організму спортсмена на навантаження; реакції адаптації спортсменів різного віку та підготованості; реакції організму спортсмена на змагальні навантаження.
9	Втома та відновлення в системі підготовки спортсменів	Знати: особливості втоми та відновлення при напруженій м'язовій діяльності; особливості втоми та відновлення при навантаженнях різної величини; особливості втоми та відновлення при навантаженнях різної спрямованості; особливості втоми та відновлення в залежності від кваліфікації і підготовленості спортсменів.
МОДУЛЬ 4		
ПРАКТИКА ОРГАНІЗАЦІЇ СПОРТИВНИХ ЗАХОДІВ		