**СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

|  |
| --- |
| **1. Загальна інформація про навчальну дисципліну** |
| Повна назва навчальної дисципліни  | Підвищення спортивної майстерності в обраному виді спорту (футбол) |
| Повна офіційна назва закладу вищої освіти | Сумський державний університет |
| Повна назва структурного підрозділу  | Класичний фаховий коледжСумського державного університету |
| Розробник(и) | Гончаренко Володимир Іванович, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, професор, викладач Класичного фахового коледжу Сумського державного університету |
| Рівень вищої освіти | Початковий рівень (короткий цикл)НРК України – 5 рівень; FQ-EHEA – короткий цикл; QF-LLL – 5 рівень |
| Семестр вивчення навчальної дисципліни | 30 тижнів протягом 1–4-го семестру |
| Обсяг навчальної дисципліни | Обсяг навчальної дисципліни становить 10 кредитів ЄКТС, 300 годин, з яких 128 годин становить контактна робота з викладачем (8 годин лекцій, 120 годин практичних), 172 години становить самостійна робота |
| Мова(и) викладання | Українською мовою |
| **2. Місце навчальної дисципліни в освітній програмі** |
| Статус дисципліни | Обов’язкова навчальна дисципліна  |
| Передумови для вивчення дисципліни | Передумови відсутні |
| Додаткові умови | Одночасно мають бути вивчені: Вступ до спеціальності (зі змістовим модулем «Історія фізичної культури»), Безпека життєдіяльності (зі змістовим модулем «Соціальна та професійна безпека діяльності людини»); Анатомія (зі змістовим модулем «Основи динамічної анатомії») |
| Обмеження | Обмеження відсутні |
| **3. Мета навчальної дисципліни** |
| Метою навчальної дисципліни є набуття та підвищення спортивної майстерності у обраному виді спорту, виконання студентами вимог існуючої «Єдиної спортивної кваліфікації», а також формування базових професійних знань, вмінь та практичних навичок, які забезпечують підготовку спортсменів у обраному виді спорту. |

|  |
| --- |
| **4. Зміст навчальної дисципліни** |
| **ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 1.** **ЗАГАЛЬНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА В ОБРАНОМУ ВИДІ СПОРТУ****Тема 1. Зміст і завдання загальної фізичної підготовки.** **Засоби і методи загальної фізичної підготовки.** «Підвищення спортивної майстерності як навчальна дисципліна». Удосконалення загальної фізичної підготовленості. Підвищення функціональних можливостей спортсменів у обраному виді спорту (ОВС). Планування засобів загальної фізичної підготовки в річному циклі підготовки в ОВС. Основні засоби загальної фізичної підготовки. Закономірність переносу тренувального ефекту з підготовчих вправ на основні. Методи, що використовуються у загальній фізичній підготовці в ОВС.**ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2.** **СПЕЦІАЛЬНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА В ОБРАНОМУ ВИДІ СПОРТУ****Тема 2. Зміст і завдання спеціальної фізичної підготовки. Засоби і методи спеціальної фізичної підготовки.** Підвищення рівня спеціальної фізичної підготовленості. Підвищення функціональних можливостей спеціальної працездатності. Планування спеціальної фізичної підготовки в річному циклі тренування. Принципи спортивного тренування.Основні засоби спеціальної фізичної підготовки. **ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 3.** **ТЕХНІКО-ТАКТИЧНА ПІДГОТОВКА В ОБРАНОМУ ВИДІ СПОРТУ** Методи, що використовуються у спеціальній фізичній підготовці в ОВС. Навантаження і відпочинок в процесі спортивного тренування.**Тема 3. Структура і зміст техніко-технічної підготовки**. **Засоби і методи техніко-тактичної підготовки.** Загальні поняття спортивної техніки та основи техніки в ОВС. Спортивна техніка і технічна підготовленість. Структура і зміст технічної підготовки в обраному виді спорту. Класифікація техніки в ОВС. Оволодіння і вдосконалення техніки в ОВС. Спортивна тактика, тактична підготовленість і напрямки тактичної підготовки, шляхи вдосконалення тактичної підготовленості. Завдання, засоби і методи техніко-тактичної підготовки в обраному виді спорту. Контроль технічної та тактичної підготовленості спортсменів.**ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 4.** **ІНТЕГРАЛЬНА ПІДГОТОВКА В ОБРАНОМУ ВИДІ СПОРТУ****Тема 4. Структура і зміст інтегральної підготовки. Засоби і методи інтегральної підготовки.** Поняття інтегральної підготовки. Завдання інтегральної підготовки. Засоби інтегральної підготовки. Використання системи психолого-педагогічних впливів з метою формування і вдосконалення властивостей і якостей особистості, її психічних станів, які необхідні для успішного виконання тренувальної діяльності, підготовки до змагань і ефективного виступу в них.Управління стартовим станом. Вдосконалення спеціалізованих умінь. Регулювання психічної напруги. Психологічний супровід спортсменів. Товариські матчі. Змагання протягом навчання. |
| **5. Очікувані результати навчання навчальної дисципліни** |
| Після успішного вивчення навчальної дисципліни здобувач освіти зможе: |
| РН1. | Знати предмет, мету і завдання курсу «Підвищення спортивної майстерності». Володіти засобами удосконалення загальної фізичної підготовленості та підвищення функціональних можливостей спортсменів у обраному виді спорту (ОВС). Здійснювати планування засобів загальної фізичної підготовки в річному циклі підготовки в ОВС. Підбирати основні засоби загальної фізичної підготовки. Володіти методами, які використовуються загальній фізичній підготовці в ОВС. |
| РН2. | Знати технологію підвищення рівня спеціальної фізичної підготовленості, підвищення функціональних можливостей та спеціальної працездатності. Здійснювати планування спеціальної фізичної підготовки в річному циклі тренування. Володіти принципами спортивного тренування таосновними засобами спеціальної фізичної підготовки. Застосовувати методи спеціальної фізичної підготовки в ОВС. Планувати навантаження і відпочинок в процесі спортивного тренування. |
| РН3. | Знати загальні поняття спортивної техніки та основи техніки, структуру і зміст технічної підготовки в обраному виді спорту. Знати класифікацію техніки і володіти вдосконаленням техніки в ОВС. Використовувати тактичну підготовленість та шляхи її вдосконалення. Володіти засобами і методами техніко-тактичної підготовки в обраному виді спорту. Застосовувати контроль технічної та тактичної підготовленості. |
| РН4. | Знати сутність та завдання інтегральної підготовки. Володіти **з**асобами інтегральної підготовки. Використовувати систему психолого-педагогічних впливів з метою формування і вдосконалення властивостей і якостей особистості, її психічних станів, які необхідні для успішного виконання тренувальної діяльності, підготовки до змагань і ефективного виступу в них.Здійснюватиуправління стартовим станом та психологічний супровід спортсменів. |
| **6. Роль навчальної дисципліни у досягненні програмних результатів**  |
| Програмні результати, досягнення яких забезпечує навчальна дисципліна: |
| ПРН 5. | Знати та розуміти спортивну термінологію сучасного розвитку фізичної культури і спорту |
| ПРН 10. | Застосовувати у професійній діяльності знання анатомічних, фізіологічних, біохімічних, біомеханічних та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою і спортом |
| ПРН 15. | Здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань |
| **7. Види навчальних занять та навчальної діяльності** |
| **7.1 Види навчальних занять** |
| **Змістовий модуль 1. ЗАГАЛЬНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА В ОБРАНОМУ ВИДІ СПОРТУ** |
| **Тема 1. Зміст і завдання загальної фізичної підготовки.** **Засоби і методи загальної фізичної підготовки.**   |
| Л 1 | Основи загальної та спеціальної фізичної підготовки. Спортивна підготовка. |
| ПЗ 1 | «Підвищення спортивної майстерності» як навчальна дисципліна. Удосконалення загальної фізичної підготовленості. Підвищення функціональних можливостей спортсменів у обраному виді спорту (ОВС). |
| ПЗ 2 | Підвищення функціональних можливостей спортсменів у ОВС. Основні засоби загальної фізичної підготовки. Обсяг і режим навантаження. |
| ПЗ 3 | Планування засобів загальної фізичної підготовки в річному циклі підготовки в ОВС. Основні засоби загальної фізичної підготовки. Вибір методики індивідуального тренування. |
| ПЗ 4 | Основні засоби загальної фізичної підготовки. Закономірність переносу тренувального ефекту з підготовчих вправ на основні. Вправи з м’ячем. *Контрольний норматив – біг 100м.* Двостороння гра. |
| ПЗ 5 | Тренувальний ефект: терміновий, поточний, кумулятивний. Методи, що використовуються у загальній фізичній підготовці в ОВС. Загальна фізична підготовка. Вправи з м’ячем. Двостороння гра. |
| ПЗ 6 | Інтенсивність. Дозування фізичного навантаження. Характер відпочинку та його тривалість. Вправи з м’ячем. Двостороння гра. |
| ПЗ 7 | Підвищення функціональних можливостей спортсменів у ОВС. Основні засоби загальної фізичної підготовки. *Контрольний норматив – піднімання в сід за 1 хвилину.* Вправи з м’ячем. Двостороння гра. |
| ПЗ 8 | Основні засоби загальної фізичної підготовки. Тренувальний ефект. Інтенсивність. Дозування фізичного навантаження. Характер відпочинку та його тривалість. Вправи з м’ячем. Двостороння гра. |
| ПЗ 9 | Засоби і методи загальної фізичної підготовки.Розвиток швидкісно-силових рухових якостей. Вправи з м’ячем. Двостороння гра. |
| ПЗ 10 | Специфіка розвитку швидкісно-силових рухових якостей та вибухової сили футболіста. Вправи з м’ячем. Двостороння гра. |
| ПЗ 11 | Розвиток швидкісно-силових рухових якостей. Виховання стрибучості вибухової сили. Тренажери, інвентар і обладнання для загально-фізичної підготовки футболістів. *Контрольний норматив – підтягування (згинання рук в упорі лежачі).* |
| ПЗ 12 | Використання силових тренувальних пристроїв та тренажерів. Виховання основних рухових якостей. Вправи з м’ячем. Двостороння гра. |
| ПЗ 13 | Розвиток загальної витривалості. Рівномірний біг до 60 хвилин. Засоби і методи розвитку. Спортивні споруди, устаткування та інвентар для проведення змагань. |
| ПЗ 14 | Вправи для розвитку загальної витривалості. Колове тренування як засіб розвитку загальної витривалості. Колове тренування: біг 400-800м – силова робота з амортизаторами (протягом 60 хвилин). |
| ПЗ 15 | Розвиток спритності. Основні вимоги до методики розвитку спритності у футболі. Вправи на координацію рухів футболіста. *Контрольний норматив – стрибок у довжину з місця.* Двостороння гра. |
| **Змістовий модуль 2. СПЕЦІАЛЬНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА В ОБРАНОМУ ВИДІ СПОРТУ** |
| **Тема 2. Зміст і завдання спеціальної фізичної підготовки. Засоби і методи спеціальної фізичної підготовки**. |
| Л 2 | Основи методики самостійних занять фізичними вправами. |
| ПЗ 16 | Зміст і завдання спеціальної фізичної підготовки. Підвищення рівня спеціальної фізичної підготовленості. Специфічні особливості розвитку спеціальної витривалості футболістів. Вправи з м’ячем. Двостороння гра. |
| ПЗ 17 | Підвищення функціональних можливостей спеціальної працездатності. Специфічні особливості стрибучості футболістів. Вправи з м’ячем. Двостороння гра. |
| ПЗ 18 | Підвищення функціональних можливостей спеціальної працездатності. **Засоби спеціальної фізичної підготовки футболістів**: змагальні вправи і вправи, подібні до них за кінематичними і динамічними характеристиками. Вправи з м’ячем. Двостороння гра. |
| ПЗ 19 |  Розвиток спеціальних якостей, їхня інтенсивність і характер та рівень тренованості футболіста і його кваліфікація. Планування засобів спеціальної фізичної підготовки в річному циклі підготовки в ОВС. *Контрольний норматив - зупинка м’яча, що опускається, одним з вивчених способів.* Двостороння гра. |
| ПЗ 20 | Підвищення функціональних можливостей спеціальної працездатності. **Засоби спеціальної фізичної підготовки футболістів**: змагальні вправи і вправи, подібні до них за кінематичними і динамічними характеристиками. Вправи з м’ячем. Двостороння гра. |
| ПЗ 21 | Розвиток спеціальних якостей з м’ячем і без нього. Планування засобів фізичної підготовки в тижневому та місячному циклах підготовки в ОВС. Вправи з м’ячем. Двостороння гра. |
| ПЗ 22 | Розвиток спеціальних якостей з м’ячем і без нього. Розвиток спритності та координації. *Контрольний норматив - ведіння м’яча.* Вправи з м’ячем. Двостороння гра. |
| ПЗ 23 | Розвиток спеціальної витривалості за допомогою колового тренування. Мікро та макро цикли тренування. Вправи з м’ячем. Двостороння гра. |
| ПЗ 24 | Методи, що використовуються у спеціальній фізичній підготовці в ОВС. Навантаження і відпочинок в процесі спортивного тренування. Вдосконалення спеціальної витривалості. |
| ПЗ 25 | Принципи спортивного тренування.Основні засоби спеціальної фізичної підготовки. Розвиток стрибучості та координації рухів. *Контрольний норматив – човниковий біг 4х9м.* Вправи з м’ячем. Двостороння гра. |
| ПЗ 26 | Підвищення функціональних можливостей спеціальної працездатності. Розвиток спеціальних якостей з м’ячем і без нього. Двостороння гра. |
| ПЗ 27 | Розвиток спеціальних якостей у тижневому циклі. Основні вимоги до методики розвитку спритності у футболі. Вправи з м’ячем. Двостороння гра. |
| ПЗ 28 | Розвиток спеціальних якостей у тижневому циклі. Основні вимоги до методики розвитку координації рухів у футболі. Контрольний норматив - удар на точність одним з вивчених способів в задану площину воріт з-за меж штрафного майданчика. Двостороння гра. |
| ПЗ 29 | Розвиток спеціальних якостей у тижневому циклі. Основні вимоги до методики розвитку гнучкості у футболі. Вправи з м’ячем. Двостороння гра. |
| ПЗ 30 | Розвиток спеціальних якостей у тижневому циклі. Основні вимоги до методики розвитку сили у футболі. Вправи з м’ячем. Двостороння гра. |
| **Змістовий модуль 3. ТЕХНІКО-ТАКТИЧНА ПІДГОТОВКА В ОБРАНОМУ ВИДІ СПОРТУ** |
| **Тема 3. Структура і зміст техніко-технічної підготовки**. **Засоби і методи техніко-тактичної підготовки.** |
| Л 3 | Техніко-тактична підгогтовка. |
| ПЗ 31 | Загальні поняття спортивної техніки та основи техніки в ОВС. Техніка виконання стійки у футболі: стійка футболіста, правильне положення м’яча. Спеціальні вправи для закріплення стійки футболіста. Техніка виконання переміщень у футболі, поєднання різних способів переміщень. Рухливі ігри з елементами різних способів переміщень футболістів |
| ПЗ 32 | Спортивна техніка і технічна підготовленість. Стійки та переміщення в футболі з м’ячем та без м’яча. Рухливі ігри з елементами різних способів переміщень . Навчальна гра з загостренням уваги на правильності переміщень та усунення помилок в переміщенні. |
| ПЗ 33 | Структура і зміст технічної підготовки в обраному виді спорту. Техніка виконання стійки та переміщень у футболі, поєднання різних способів переміщень. Передачі м’яча у футболі на місці. Навчання передачі м’яча. Ведіння м’яча. |
| ПЗ 34 | Передачі м’яча в паралельному та зустрічному русі. Естафети з елементами різних способів передач в русі. Комплексні вправи, до складу яких входять різні способи переміщень та різні способи передач м’яча. Естафети з елементами різних способів передач в русі. Ведіння м’яча. Удари по м’ячу. Двостороння гра. |
| ПЗ 35 | Рухливі ігри та естафети на закріплення вивчених елементів. Навчальна гра із завданням використовування елементів різних способів володіння м’ячем. *Контрольний норматив - ведіння м’яча.* Двостороння гра. |
| ПЗ 36 | Класифікація техніки в ОВС. Навчання блокування м’яча. Вправи до яких входять елементи блокування м’яча. Рухливі ігри та естафети на закріплення елементів блокування м’яча. |
| ПЗ 37 | Удари по м’ячу. Рухливі ігри та естафети на закріплення вивчених елементів. Навчальна гра із завданням використовування елементів різних способів володіння м’ячем. |
| ПЗ 38 | Оволодіння і вдосконалення техніки в ОВС. Рухливі ігри та естафети на закріплення вивчених елементів. *Контрольний норматив - удар на точність одним з вивчених способів в задану площину воріт з-за меж штрафного майданчика.* Навчальна гра із завданням використовування елементів різних способів володіння м’ячем. |
| ПЗ 39 | Класифікація тактичних прийомів у футболі. Поняття «термінологія», «класифікація», «систематизація». Прийоми гри у захисті та техніка їх виконання. Тактика тренувальної діяльності. Навчальна гра із завданням. |
| ПЗ 40 | Спортивна тактика, тактична підготовленість і напрямки тактичної підготовки, шляхи вдосконалення тактичної підготовленості. Методи навчання і тренування. Навчальна гра із завданням. |
| ПЗ 41 | Особливості вдосконалення індивідуальних та групових тактичних дій. Навчання і вдосконалення тактичних дій у футболі. Створення уявлення про прийом, що вивчається. Вивчення прийому в спрощених умовах. Вивчення прийому в ускладнених умовах. Вивчення прийому в двосторонній грі. *Контрольний норматив – піднімання в сід за 1 хвилину.* |
| ПЗ 42 | Завдання, засоби і методи техніко-тактичної підготовки в обраному виді спорту. Тактичні схеми у футболі. Функції гравців. Індивідуальні, групові, командні тактичні дії. Навчальна гра із завданням. |
| ПЗ 43 | Психологічні особливості тактики гри. Навчання та вдосконалення індивідуальних тактичних дій гравців в захисті та нападі. Навчальна гра із завданням. |
| ПЗ 44 | Навчання та вдосконалення взаємодій двох та трьох гравців в захисті та нападі. Навчальна гра із завданням. |
| ПЗ 45 | Особливості вдосконалення командних тактичних дій. Навчання та вдосконалення взаємодій в захисті та нападі. *Контрольний норматив – підтягування.* Навчальна гра із завданням. |
| **Змістовий модуль 4. ІНТЕГРАЛЬНА ПІДГОТОВКА В ОБРАНОМУ ВИДІ СПОРТУ** |
| **Тема 4. Інтегральна підготовка.** |
| Л 4 | Інтегральна підготовка. |
| ПЗ 46 | Поняття інтегральної підготовки. Завдання та засоби інтегральної підготовки. Організація і проведення змагань, робота з документами. Документація змагань. Положення про змагання. Навчальна гра з оформленням документації. |
| ПЗ 47 | Документація змагань. Положення про змагання. *Контрольний норматив – підтягування (згинання рук в упорі лежачі).* Навчальна гра з метою покращення різних видів підготовленості футболістів. |
| ПЗ 48 | Арбітраж. Склад суддівської колегії, обов’язки суддів. Жести судді. Навчальна гра з практикою суддівства. |
| ПЗ 49 | Показники зовнішнього, внутрішнього та психологічного навантаження під час змагань. Засоби відновлення. Двостороння гра з практикою суддівства. |
| ПЗ 50 | Використання системи психолого-педагогічних впливів з метою формування і вдосконалення властивостей і якостей особистості, її психічних станів, які необхідні для успішного виконання тренувальної діяльності, підготовки до змагань і ефективного виступу в них. Двостороння гра з практикою суддівства |
| ПЗ 51 | Планування та регулювання змагального навантаження. Перетренованість та засоби відновлення. Двостороння гра з практикою суддівства. |
| ПЗ 52 | Навчальна гра з метою покращення різних видів підготовленості футболістів. Практика суддівства.  |
| ПЗ 53 | Статистика гри. Статистичні дані окремого гравця, статистика команди. *Контрольний норматив - зупинка м’яча, що опускається, одним з вивчених способів.* Навчальна гра з веденням статистики. Практика суддівства. |
| ПЗ 54 | Управління стартовим станом. Засоби і методи інтегральної підготовки. Навчальна гра з метою покращення різних видів підготовленості футболістів. Практика суддівства. |
| ПЗ 55 | Тренувальні та змагальні навантаження. Навчальна гра з метою покращення різних видів підготовленості футболістів. Практика суддівства. |
| ПЗ 56 | Інтегральна підготовка. Навчальна гра з метою покращення різних видів підготовленості футболістів. Практика суддівства. |
| ПЗ 57 | Вдосконалення спеціалізованих умінь. Навчальна гра з метою покращення різних видів підготовленості футболістів. Практика суддівства. |
| ПЗ 58 | Тренувальні та змагальні навантаження. *Контрольний норматив – біг 100м.* Навчальна гра з метою покращення різних видів підготовленості футболістів. Практика суддівства.  |
| ПЗ 59 | Регулювання психічної напруги. Психологічний супровід спортсменів. Навчальна гра з метою покращення різних видів підготовленості футболістів. Практика суддівства. |
| ПЗ 60 | Контрольна або товариська гра з метою виявлення рівнів різних видів підготовленості футболістів. Практика суддівства. |
| **7.2 Види навчальної діяльності**  |
| НД 1. | Підготовка до практичного заняття. |
| НД 2. | Підготовка до тестування. |
| **8. Методи викладання, навчання** |
| Дисципліна передбачає навчання через: |
| МН 1. | Практичні заняття. |
| МН 2. | Мобільне навчання (m-learning). |
| МН 3. | Змішане навчання (blended-learning) |
| Практичні заняття, які надають студентам можливість застосовувати теоретичні знання на практичних прикладах, що є основою для самостійного навчання здобувачів освіти (РН 1 – РН 4.). Гнучкість, доступність та персоніфікація навчання забезпечується m-learning з використанням мобільних пристроїв. Навчання через blended-learning з використанням LMS MOОDLE (<http://dl.kpt.sumdu.edu.ua/>), в межах якого студент здобуває знання як очно, так і самостійно он-лайн, дозволяє створити комфортне освітнє цифрове середовище та забезпечити індивідуальну траєкторію навчання. |
| **9. Методи та критерії оцінювання** |
| **9.1. Критерії оцінювання** |
| Шкала оцінювання ECTS | Визначення | Чотирибальна національна шкала оцінювання | Рейтингова бальна шкала оцінювання |
| А | Відмінне виконання лише з незначною кількістю помилок | 5 (відмінно) | 90-100 |
| В | Вище середнього рівня з кількома помилками | 4 (добре) | 82-89 |
| С | В загальному правильна робота з певною кількістю помилок | 74-81 |
| D | Непогано, але зі значною кількістю недоліків | 3 (задовільно) | 64-73 |
| Е | Виконання задовольняє мінімальні критерії | 60-63 |
| FX | Можливе повторне складання | 2 (незадовільно) | 35-59 |
| F | Необхідний повторний курс з навчальної дисципліни | 0-34 |
| **9.2 Методи поточного формативного оцінювання** |
| За дисципліною передбачені наступні методи поточного формативного оцінювання: оволодіння студентами системою практичних умінь і навичок в обраному виді спорту, розвиток й удосконалення психофізичних якостей та властивостей особистості, виконання на практичному занятті контрольних нормативів з фізичної та технічної підготовленості, набуття здатності до виконання вимог освітньо-професійної програми підготовки молодшого бакалавра. |
| **9.3 Методи підсумкового сумативного оцінювання** |
| Методи оцінювання: |
| М 1. | Виконання контрольних нормативів та розрядних вимог. |
| М 2.  | Тестування в LMS MOODLE. |
| В особливих ситуаціях робота може бути виконана дистанційно в LMS MOODLE (<http://dl.kpt.sumdu.edu.ua/>):1. Тест. Модульний контроль № 1.2. Тест. Модульний контроль № 2.3. Заліковий тест4. Тест. Модульний контроль № 3.5. Тест. Модульний контроль № 4.6. Заліковий тест |
| Форма підсумкового контролю – диференційований залік. |
| **10. Ресурсне забезпечення навчальної дисципліни**  |
| **10.1 Засоби навчання** |
| ЗН 1. | Мультимедіа |
| ЗН 2. | Програмне забезпечення (для підтримки дистанційного навчання) |
| **10.2 Інформаційне та навчально-методичне забезпечення** |
| Основна література | 1. Бурла О.М., Гончаренко В.І., Кравченко І.М. Загальна теорія підготовки спортсменів: курс лекцій і практикум: навч.-метод. посіб. Суми: Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2016. 184 с.
2. Дубенчук А.І. Спортивні ігри з м'ячем: правила. X.: ТОРСІНГ ПЛЮС, 2006. 288 с.
3. Костюкевич В.М. Організація і проведення змагань із спортивних ігор. Вінниця: Планер, 2013. 194 с.
4. Костюкевич В.М. Спортивні ігри: курс лекцій: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Вінниця: Ландо ЛТД, 2012. 240 с.
5. Костюкевич В.М. Теорія і методика викладання спортивних ігор (курс лекцій): Навчальний посібник. Вінниця: ДОВ «Вінниця», ВДПУ, 2004. 117 с.
6. Костюкевич В.М. Теорія і методика тренування спортсменів високої кваліфікації: Навчальний посібник. К.: «Освіта України», 2009. 279 с.
7. Костюкевич В.М., Вознюк Т.В., Драчук А.І. Теорія і методика викладання спортивних ігор. Вінниця: Планер, 2012. 228 с.
 |
| Допоміжна література | 1. Вознюк Т.В. Основи теорії та методики спортивного тренування. Вінниця: ФОП Корзун Д.Ю., 2012. 240 с.
2. Воронова В.І. Психологія спорту: Навчальний посібник. К.: Олімпійська література, 2007. 298 с.
3. Платонов В.М., Булатова М.М. Фізична підготовка спортсмена. К.: Олімпійська література, 1995. 320 с.
 |
| Інформаційні ресурси в Інтернеті | 1. Національна бібліотека України імені В.І. Вернадського <http://www.nbuv.gov.ua>
2. <http://www.tmfv.com.ua>
3. <http://www.teoriya.ru>
4. <http://www.teacherjournal.com.ua/shkola/fizichne-vixovannya.html>
5. <http://sportnauka.org.ua>
6. <http://tmfvs-journal.uni-sport.edu.ua>
7. <http://www.sportpedagogy.org.ua/index.php/PPS>
8. <http://sportedu.org.ua/index.php/PES/index21>

Сайти спортивних федерацій:1. <http://uaf.org.ua>
2. <http://usf.org.ua>
3. <http://uwf.net.ua/federation>
4. <http://www.shooting-ukraine.com>
5. <https://ffu.ua>
6. <https://fbu.ua>
7. <http://www.fvu.in.ua>
 |

**ІІ ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Тема | Загальний обсяг, годин | Лекції, годин | Практичні заняття, годин | Лабора-торні роботи,годин | Самостійне опрацювання матеріалу (СРС), годин | Індивідуальні завдання, годин  |
| **Денна форма навчання** |
| **ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 1. Загальна фізична підготовка в обраному виді спорту** |
|  Тема 1. Зміст і завдання загальної фізичної підготовки. Засоби і методи загальної фізичної підготовки | 75 | – | 32 | – | 43 | – |
| **ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2. Спеціальна фізична підготовка в обраному виді спорту** |
| Тема 2.Зміст і завдання спеціальної фізичної підготовки. Засоби і методи спеціальної фізичної підготовки | 75 | – | 32 | – | 43 | – |
| ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 3. Техніко-тактична підготовка в обраному виді спорту |
|  Тема 3. Структура і зміст техніко-технічної підготовки. Засоби і методи техніко-тактичної підготовки | 75 | – | 32 | – | 43 | – |
| **ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 4.** **Інтегральна підготовка в обраному виді спорту** |
|  Тема 4. Інтегральна підготовка | 75 | – | 32 | – | 43 | – |
| *Всього з навчальної дисципліни**за денною формою навчання* | 300 | – | 128 | – | 172 | – |

|  |
| --- |
| **Додаток 1****Узгодження результатів навчання з методами викладання, навчання та оцінювання** |
| Програмні компетентності / результати навчання | Результат навчання за дисципліною | Види навчальних занять  | Види навчальної діяльності | Методи, технології викладання і навчання | Засоби навчання | Методи та критерії оцінювання  |
| ЗК 1. / ПРН 10. ЗК 14. / ПРН 15. | РН 1. | ПЗ. | НД 1., НД 2. | МН 1., МН 2., МН 3. | ЗН 1., ЗН 2. | М 1., М 2. |
| РН 2. |
| РН 3. |
| РН 4. |