

**НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ
І ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ**

Кафедра фізичного виховання

“ЗАТВЕРДЖУЮ”
Декан гуманітарно-педагогічного факультету
Інна САВИЦЬКА
“ 29-08-2024 ” 2024 р.

“СХВАЛЕНО”
на засіданні кафедри фізичного виховання
Протокол № 1а від “ 29-08-2024 ” 2024 р.
Завідувач кафедри
Микола КОСТЕНКО

“РОЗГЛЯНУТО”
Гарант ОПП «Фізична культура і спорт»,
Микола КОСТЕНКО

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

**«ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА СУЧАСНОЇ СИСТЕМИ СПОРТИВНОГО
ТРЕНУВАННЯ»**

Другий (магістерський) рівень вищої освіти

Галузь знань 01 – Освіта/Педагогіка

Спеціальність: 017 – Фізична культура і спорт

Освітня програма: Фізична культура і спорт

Гуманітарно-педагогічний факультет

Розробники: Кротов Г.В., доцент кафедри фізичного виховання, кандидат педагогічних наук, доцент

Київ – 2024 р.

1. Опис навчальної дисципліни

ОК 7 «ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА СУЧАСНОЇ СИСТЕМИ СПОРТИВНОГО ТРЕНУВАННЯ»

Дисципліна "Теорія і методика сучасної системи спортивного тренування" вивчає основні завдання, принципи та методи тренування спортсменів у різних видах спорту. Здобувачі знайомляться з сучасними методиками фізичної, технічної, тактичної та психологічної підготовки спортсменів на різних етапах багаторічної спортивної підготовки, а також оволодівають уміннями розробки та планування тренувальних програм. Курс сприяє формуванню знань, умінь та навичок сприятливих ефективному тренуванню спортсменів.

Галузь знань, напрям підготовки, спеціальність, освітньо-кваліфікаційний рівень	
Освітній ступінь	<i>магістр</i>
Галузь знань	<i>01 Освіта/Педагогіка</i>
Спеціальність	<i>017 «Фізична культура і спорт»</i>
Освітньо-професійна програма	<i>«Фізична культура і спорт»</i>
Характеристика навчальної дисципліни	
Вид	<i>Обов'язковий освітній компонент</i>
Загальна кількість годин	<i>120</i>
Кількість кредитів ECTS	<i>4</i>
Кількість змістових модулів	<i>2</i>
Курсовий проект (робота) (за наявності)	<i>Не передбачено</i>
Форма контролю	<i>Екзамен</i>
Показники навчальної дисципліни для денної форми навчання	
	<i>денна форма навчання</i>
Рік підготовки (курс)	<i>перший</i>
Семестр	<i>перший</i>
Лекційні заняття	<i>30</i>
Практичні, семінарські заняття	<i>30</i>
Лабораторні заняття	<i>-</i>
Самостійна робота	<i>60</i>
Індивідуальні завдання	<i>-</i>
Кількість тижневих аудиторних годин для денної форми навчання:	
аудиторних	<i>4 год.</i>
самостійна робота студента	<i>4 год.</i>

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою навчальної дисципліни «Теорія і методика сучасної системи спортивного тренування» є формування у студентів фундаментальних знань, професійно-педагогічних надбань з теорії підготовки спортсменів для

ведення ефективної інструкторської, тренерсько-викладацької та управлінської у сфері фізичної культури та спорту діяльності.

Завданням вивчення дисципліни є:

1. Проаналізувати сучасну систему організації фізичної культури і спорту в Україні.
2. Розглянути основні етапи багаторічної системи спортивної підготовки.
3. Вивчити специфіку різних сторін сучасної системи спортивного тренування.
4. Вивчити специфіку тренування на кожному з етапів багаторічної системиспортивної підготовки
5. Засвоїти основи розробки програм та планів спортивного тренування.
6. Засвоїти основи методик системи спортивного тренування в залежності від завдань та проходження циклів річного тренування.

Основні результати навчання та набуття компетентності, які вони формують:

- **Інтегральна компетентність**

Здатність розв'язувати задачі дослідницького та/або інноваційного характеру у сфері фізичної культури і спорту.

- **Загальні компетентності (ЗК)**

ЗК5. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).

ЗК6. Здатність розробляти проекти та управляти ними.

Фахові (спеціальні) компетентності (СК):

СК1. Здатність до критичного осмислення проблем у сфері фізичної культури і спорту, оригінального мислення та проведення досліджень.

СК2. Здатність розробляти та реалізовувати інноваційні проекти у сфері фізичної культури і спорту.

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.

СК10. Здатність до пошуку, розробки та використання інноваційних технологій, спрямованих на залучення жителів сільських територіальних громад і працівників агропромислової галузі до фізкультурно-оздоровчої і спортивної діяльності та здорового способу життя.

- **Результати навчання (РН):**

РН1. Аналізувати особливості, протиріччя та перспективи розвитку сучасної сфери фізичної культури і спорту, критично осмислювати проблеми у галузі та на межі галузей знань.

РН9. Розробляти та реалізовувати наукові і прикладні проекти, спрямовані на розв'язання проблем інноваційного характеру у сфері

фізичної культури і спорту, а також дотичні до неї міждисциплінарні проєкти.

РН10. Здійснювати розробку, застосування та реалізацію інноваційних технологій спрямованих на залучення жителів сільських територіальних громад і працівників агропромислової галузі до фізкультурно-оздоровчої і спортивної діяльності та здорового способу життя.

3. Програма та структура навчальної дисципліни «Теорія і методика сучасної системи спортивного тренування» повного терміну денної форми навчання

Назви змістовних модулів і тем	Кількість годин (денна форма навчання)				
	тижні	усього	у тому числі		
			лек.	пр.	ср.
Змістовний модуль 1. Теоретичні основи спортивної підготовки					
Тема 1.1. Мета, завдання, методи, основні принципи спортивної підготовки, загальна характеристика, та напрямки її вдосконалення.	1	8	2	2	4
Тема 1.2. Побудова програм мікроциклів, мезоциклів, підготовка спортсменів на протязі року	2	8	2	2	4
Тема 1.3. Закономірності та принципи спортивного тренування	3	8	2	2	4
Тема 1.4. Засоби та методи спортивного тренування	4	8	2	2	4
Тема 1.5. Інноваційні технології формування спортивної майстерності мешканців територіальних громад (ТГ)	5	8	2	2	4
Тема 1.6. Навантаження у спортивному тренуванні	6	8	2	2	4
Тема 1.7. Адаптація до навантажень у системі спортивного тренування	7	8	2	2	4
Разом за змістовним модулем 1	56		14	14	28
Змістовний модуль 2. Організаційні та методологічні основи спортивної підготовки					
Тема 2.1. Організація та планування багаторічної підготовки спортсменів	8	8	2	2	4
Тема 2.2. Відбір та орієнтація у системі спортивної підготовки	9	8	2	2	4
Тема 2.3. Побудова тренувального процесу спортсменів в річному циклі тренувань	10	8	2	2	4
Тема 2.4. Структура тренувального заняття як одиниці тренувального процесу	11	8	2	2	4
Тема 2.5. Методики становлення та вдосконалення різних сторін підготовки спортсменів та осіб, які займаються різними формами рухової активності	12	8	2	2	4
Тема 2.6. Методики розвитку та удосконалення фізичних якостей спортсменів та осіб, які займаються різними формами рухової активності	13	8	2	2	4
Тема 2.7. Прогнозування та моделювання в системі	14	8	2	2	4

спортивного тренування					
Тема 2.8. Позатренувальні та позазмагальні чинники в системі підготовки спортсменів та осіб, які займаються різними формами рухової активності	15	8	2	2	4
Разом за змістовним модулем 2	64	16	16	32	
Всього годин	120	30	30	60	

4. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	К-ть годин
	Змістовний модуль 1	
1	«Теорія і методика сучасної системи спортивного тренування» як навчальна дисципліна. Характеристика структури і змісту спортивної підготовки. Основні поняття дисципліни «Теорія і методика сучасної системи спортивного тренування».	2
2	Характеристика сучасної системи спортивного тренування. Схема сучасної системи спортивного тренування. Мета і завдання спортивного тренування. Сторони підготовки спортсмена в спортивному тренуванні.	2
3	Закономірності та принципи спортивного тренування. Специфічні, науково-методичні принципи спортивного тренування. Дидактичні принципи спортивного тренування.	2
4	Засоби та методи спортивного тренування. Класифікація засобів спортивного тренування. Характеристика змісту і форми фізичних вправ. Основні методи спортивного тренування. Методи навчання спортивної техніки. Методи розвитку основних рухових якостей. Додаткові методи.	2
5	Загальні основи управління підготовкою спортсменів. Управління рухами та тренувальною і змагальною діяльністю. Педагогічний контроль у спортивному тренуванні. Управлінська діяльність тренера.	2
6	Навантаження у спортивному тренуванні. Тренувальні та змагальні навантаження. Поняття про навантаження. Характер, величина, спрямованість та координаційна складність навантаження. Відпочинок як складова навантаження.	2
7	Адаптація до навантажень у системі спортивного тренування. Основні поняття. Механізми адаптації до навантажень. Адаптація систем організму спортсмена. Контрольна модульна робота.	2
	Змістовний модуль 2	
8	Організація багаторічної підготовки спортсменів. Структура і зміст багаторічної підготовки спортсменів. Особливості етапів багаторічного удосконалення спортсменів. Планування і облік у підготовці спортсменів.	2
9	Відбір та орієнтація у системі спортивної підготовки. Спортивна обдарованість та критерії відбору в спорті. Мета, завдання та зміст спортивного відбору. Мета, завдання та зміст спортивної орієнтації.	2
10	Побудова тренувального процесу спортсменів в річному циклі тренувань. Структура та методика тренувального процесу в макро-, мезо- і мікроциклах.	2
11	Побудова тренувального заняття як структурної одиниці тренувального процесу. Структура, зміст і спрямованість тренувального заняття. Типи та методи проведення тренувальних занять.	2
12	Методики становлення та вдосконалення різних сторін підготовки	2

	спортсменів. Основи методики фізичної, технічної, тактичної, психологічної та інтегральної підготовки спортсменів. Контроль сторін підготовленості спортсменів.	
13	Методики розвитку та удосконалення фізичних якостей спортсменів. Особливості методики розвитку загальних та спеціальних рухових якостей спортсменів.	2
14	Прогнозування та моделювання в системі спортивного тренування. Загальні поняття. Методи прогнозування та моделювання. Моделювання змагальної діяльності і підготовленості спортсменів.	2
15	Позатренувальні та позазмагальні чинники в системі підготовки спортсменів. Засоби відновлення працездатності в системі підготовки спортсменів. Раціональне, спортивне харчування та допінг в системі підготовки спортсменів. Матеріально-технічне забезпечення. Контрольна модульна робота.	2
	Всього годин	30

5. Теми самостійної роботи

№ з/п	Назва теми	К-ть годин
	Змістовний модуль 1	
1	Характеристика структури і змісту спортивної підготовки в обраному виді спорту	2
2	Значення дисципліни для діяльності інструктора тренера-викладача в обраному виді спорту	2
3	Мета і завдання спортивного тренування в обраному виді спорту	2
4	Сутність, роль, форми та умови функціонування обраного виду спорту. Основні закономірності змагальної діяльності з обраного виду спорту	2
5	Специфічні принципи спортивного тренування для ефективності вибраного виду спорту	2
6	Використання дидактичних принципів спортивного тренування в обраному виді спорту	2
7	Основні засоби спортивного тренування в обраному виді спорту	2
8	Основні методи спортивного тренування в обраному виді спорту	2
9	Методи контролю (педагогічне спостереження, анкетування, прийом навчальних нормативів, тестування, контрольні й інші змагання, найпростіші лікарські методи (вимір ЖЕЛ, маси тіла, функціональні проби та ін.), хронометрування заняття, визначення динаміки фізичного навантаження на занятті по ЧСС, тощо) в обраному виді спорту	2
10	Управлінська діяльність тренера в обраному виді спорту	2
11	Характеристика навантаження та їх вплив на організм спортсменів та осіб, які займаються різними формами рухової активності	2
12	Регулювання тренувальних і змагальних навантажень в обраному виді спорту	2
13	Адаптація до навантажень в системі річної підготовки спортсменів та осіб, які займаються різними формами рухової активності	2
14	Адаптаційні процеси спортсмена в умовах штучного гіпоксичного тренування в обраному виді спорту	2
	Змістовний модуль 2	
15	Характеристика багаторічної системи підготовки спортсменів в обраному виді спорту	2

16	Розробка плану тренування на усіх етапах спортивного вдосконалення в обраному виді спорту	2
17	Особливості спортивного відбору в обраному виді спорту	2
18	План-схема спортивного відбору юних спортсменів в обраному виді спорту	2
19	План-графік тренувального процесу спортсменів в річному циклі тренувань з обраного виду спорту	2
20	План тренувального мезо- та мікроциклу з обраного виду спорту	2
21	Структура і зміст тренувального заняття, яке спрямоване на вдосконалення техніко-тактичної підготовленості спортсменів з обраного виду спорту	2
22	Структура і зміст тренувальних занять, які спрямовані на вдосконалення підготовленості осіб, які займаються різними формами рухової активності	2
23	Складення план-конспекту тренувального заняття для спортсменів групи початкової підготовки з обраного виду спорту	2
24	Класифікація техніки та тактики в обраному виді спорту.	2
25	Навчаюча програма для засвоєння одного з технічних прийомів для осіб, які займаються в умовах сільської місцевості та АПК України	2
26	Методики розвитку фізичних якостей в обраному виді спорту	2
27	Складення комплексів вправ для розвитку загальних та спеціальних фізичних якостей спортсменів в обраному виді спорту	2
28	Організаційно-методичні дії тренера під час прогнозування результатів підготовки в обраному виді спорту	2
29	Організаційно-методичні дії тренера в моделюванні тренувальних занять спортсменів, комплексів вправ, тренувальних модельних завдань, алгоритму навчальних програм в обраному виді спорту	2
30	Характеристика засобів відновлення та стимуляції спортивної працездатності мешканців сільської місцевості та працівників АПК України	2
	Всього годин	60

6. Контрольні питання, зразки тестів для визначення рівня засвоєння знань студентами

6.1. Контрольні питання

1. Як ви розумієте об'єкт і предмет вивчення навчальної дисципліни «Теорія і методика сучасної системи спортивного тренування»?
2. Якими вихідними поняттями характеризується дисципліна «Теорія і методика сучасної системи спортивного тренування» Охарактеризуйте структуру і зміст спортивної підготовки.
3. Дайте характеристику спортивної підготовки в обраному виді спорту.
4. Які мета і завдання спортивної підготовки?
5. Дайте характеристику сторонам підготовки спортсмена.
6. Охарактеризуйте закономірності та принципи спортивного тренування.
7. Розкрийте класифікацію засобів та методів спортивного тренування.
8. Специфічні принципи спортивного тренування для ефективності вибраного виду спорту.

9. Основні методи і засоби спортивного тренування в обраному виді спорту.
10. Дайте визначення основним поняттям управління тренувальною і змагальною діяльністю спортсменів.
11. Коротко охарактеризуйте етапне, поточне та оперативне управління процесом підготовки спортсменів.
12. Яка різниця між руховим умінням і руховою навичкою?
13. Назвіть закони, за якими формується рухова навичка.
14. Дайте визначення педагогічному контролю в спортивному тренуванні.
15. Яка мета і спрямованість комплексного контролю?
16. Опишіть методи контролю в обраному виді спорту.
17. Які функції покладаються на тренера поза межами тренувального процесу?
18. Охарактеризуйте стилі керівництва тренера в обраному виді спорту.
19. Дайте визначення загальним поняттям про навантаження.
20. Як розподіляються навантаження за характером?
21. Що ви розумієте під «зовнішнім» і «внутрішнім» навантаженням?
22. Як класифікується навантаження за величиною?
23. Охарактеризуйте зони спрямованості тренувальних навантажень.
24. Охарактеризуйте вплив навантажень в обраному виді спорту.
25. Що ви розумієте під адаптацією?
26. Дайте визначення термінової та довготривалої адаптації.
27. Охарактеризуйте адаптацію систем організму спортсмена до фізичних навантажень.
28. У чому полягають механізми прояву таких показників як: споживання кисню, МСК, кисневий борг, кисневий запит, ПАНО.
29. Які механізми лежать в основі адаптації до навантажень в системі річної підготовки спортсменів в обраному виді спорту?
30. У чому полягає основна сутність адаптації організму спортсмена в умовах штучного гіпоксичного тренування в обраному виді спорту?
31. На які три великі стадії розподіляється багаторічна спортивна підготовка?
32. Від яких чинників залежать тривалість і структура багаторічної підготовки?
33. Охарактеризуйте структуру багаторічної підготовки спортсменів в обраному виді спорту.
34. З яких етапів складається багаторічна підготовка спортсменів на сучасному етапі у національній системі?
35. Дайте визначення основним поняттям спортивного відбору та орієнтації.
36. Які ви знаєте п'ять етапів відбору багаторічної системи тренування спортсменів?
37. Назвіть тести, що використовують на попередньому етапі відбору в обраному виді спорту.

38. Назвіть тести, що використовують для відбору, орієнтації на етапах багаторічної підготовки спортсменів в обраному виді спорту.
39. З яких основних періодів складається річний макроцикл?
40. Назвіть основні завдання, що вирішуються на кожному з трьох періодів річного тренувального циклу.
41. Які особливості побудови річних тренувальних циклів в обраному виді спорту?
42. Опишіть структуру і зміст підготовчого періоду річного тренувального циклу з обраного виду спорту.
43. Дайте визначення поняття «тренувальне заняття».
44. Охарактеризуйте структуру і зміст тренувального заняття.
45. Які є типи тренувальних занять?
46. Опишіть форми і методи проведення тренувальних занять з мешканцями сіл та працівниками підприємств АПК України?
47. Опишіть структуру і зміст тренувального заняття, яке спрямоване на оволодіння технічними навиками в обраному виді спорту.
48. Дайте характеристику сторонам підготовки спортсменів та осіб, які займаються різними формами рухової активності.
49. Опишіть класифікацію техніки та тактики з обраного виду спорту.
50. Дайте характеристику основним фізичним якостям спортсмена.
51. Вкажіть методи розвитку спеціальних фізичних якостей в обраному виді спорту.
52. Що ви розумієте під прогнозуванням у спорті. Які є види спортивного прогнозування?
53. Що ви розумієте під моделюванням у спорті?
54. З яких трьох стадій складається прогнозування?
55. Дайте коротку характеристику методам прогнозування.
56. Дайте коротку характеристику модельним тренувальним заняттям, модельним завданням.
57. Опишіть організаційно-методичні дії тренера в моделюванні тренувальних занять.
58. Опишіть позатренувальні та позазмагальні чинники в системі підготовки спортсменів та осіб, які займаються різними формами рухової активності.
59. Дайте характеристику засобам відновлення спортивної працездатності спортсменів, мешканців сільської місцевості та працівників АПК України.

6.2. Зразок варіанту екзаменаційного білету

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ БІОРЕСУРСІВ І ПРИРОДОКОРИСТУВАННЯ УКРАЇНИ			
ОКР ____ магістр ____ спеціальність ____ _017_ «Фізична культура і спорт»	Кафедра _фізичного виховання_ 2024-2025 н. р.	ЕКЗАМЕНАЦІЙНИЙ БІЛЕТ № ____1____ з дисципліни <u>Теорія і методика сучасної системи спортивного тренування</u>	Затверджую Зав. кафедри _____ Костенко М.П. ____20__р._

Екзаменаційні запитання	
1. Як ви розумієте об'єкт і предмет вивчення навчальної дисципліни «Теорія і методика сучасної системи спортивного тренування»?	
2. Охарактеризуйте структуру і зміст тренувального заняття.	
Тестові завдання різних типів	
1. Спортивна підготовка - це: а) багатофакторний процес, що охоплює тренування, підготовку до змагань і участь у них, організацію навчально-тренувального процесу і змагань, а також їх науково-методичне і матеріально-технічне забезпечення; б) сфера підготовки людини до трудової, військової, побутової та інших видів діяльності, задоволення духовних потреб суспільства, зміцнення і розширення інтернаціональних зв'язків, а також один із найважливіших засобів етичного і естетичного виховання; в) основна форма підготовки спортсмена, яка є спеціалізованим педагогічним процесом, побудованим на системі вправ і спрямованим на управління спортивним вдосконаленням спортсмена, що зумовлює його готовність до досягнення найвищих спортивних результатів.	
2. Система підготовки спортсменів включає: а) системи відбору і спортивної орієнтації, спортивних тренувань, змагань, позатренувальні і позазмагальні чинники; б) спортивну діяльність, спортивні досягнення та досягнення високої спортивної кваліфікації; в) фізичну, технічну, тактичну та психологічну підготовку.	
3. Що не відноситься до основних завдань спортивної підготовки: а) засвоєння техніки і тактики обраної спортивної дисципліни; б) участь у змаганнях і досягнення високих спортивних результатів; в) виховання необхідних моральних і вольових якостей; г) засвоєння необхідних теоретичних знань і практичного досвіду; д) розвиток і вдосконалення рухових якостей і підвищення можливостей функціональних систем організму.	
4. Назвіть основні принципи, що складають систему підготовки спортсмена? а) принципи доступності та індивідуалізації і принцип міцності та прогресу; принцип систематичності; б) принцип спрямованості до вищих досягнень; принцип взаємозв'язку змагальної діяльності та підготовленості спортсмена; принцип циклічності та безперервності підготовки.	
5. У структуру координаційних здібностей не входить: а) здатність до оволодіння новими рухами; б) уміння диференціювати різні характеристики рухів і керувати ними; в) здатність до імпровізації і комбінацій у процесі рухової діяльності; г) здатність долати зовнішній опір або протидіяти йому за допомогою власних м'язових зусиль.	
6. Рухові уміння від рухових навичок відрізняються: а) формуванням динамічного стереотипу; б) наявністю рухових уявлень про прийоми, дії і спроби їх виконання; в) нестабільними і не завжди адекватними способами вирішення рухових завдань, значною концентрацією уваги при виконанні окремих рухів, відсутністю автоматизованого керування ними.	
7. До критеріїв результативності техніки не входить: а) мінімальна тактична інформативність техніки для суперника; б) варіативність; в) утримання високого рівня концентрації уваги; г) ефективність, стабільність та економічність.	
8. Основний документ, що регламентує організацію і проведення спортивних змагань: а) положення про змагання; б) правила суддівства; в) єдина спортивна класифікація України.	
9. Стан тренуваності визначається: а) адаптаційними перебудовами біологічного характеру в організмі спортсмена; б) ростом спортивної майстерності; в) рівнем розвитку рухових якостей.	

10. Спортивне тренування - це:

- а) основна форма підготовки спортсмена, яка є спеціалізованим педагогічним процесом, побудованим на системі вправ і спрямованим на управління спортивним вдосконаленням спортсмена, що обумовлює його готовність до досягнення вищих результатів;
- б) спеціальна сфера, в якій здійснюється діяльність спортсмена, що дозволяє об'єктивно порівнювати певні його здібності і забезпечити їх максимальний прояв;
- в) педагогічний процес, спрямований на розвиток рухових якостей відповідно до вимог, обумовлених специфікою конкретного виду спорту, особливостями змагальної діяльності.

6.3. Варіанти тестових завдань з дисципліни «Теорія і методика сучасної системи спортивного тренування»

Варіант 1

1. Спортивна підготовка - це:

- а) багатофакторний процес, що охоплює тренування, підготовку до змагань і участь у них, організацію навчально-тренувального процесу і змагань, а також їх науково-методичне і матеріально-технічне забезпечення;
- б) сфера підготовки людини до трудової, військової, побутової та інших видів діяльності, задоволення духовних потреб суспільства, зміцнення і розширення інтернаціональних зв'язків, а також один із найважливіших засобів етичного і естетичного виховання;
- в) основна форма підготовки спортсмена, яка є спеціалізованим педагогічним процесом, побудованим на системі вправ і спрямованим на управління спортивним вдосконаленням спортсмена, що зумовлює його готовність до досягнення найвищих спортивних результатів.

2. Система підготовки спортсменів включає:

- а) системи відбору і спортивної орієнтації, спортивних тренувань, змагань, позатренувальні і позазмагальні чинники;
- б) спортивну діяльність, спортивні досягнення та досягнення високої спортивної кваліфікації;

- в) фізичну, технічну, тактичну та психологічну підготовку.

3. Що не відноситься до основних завдань спортивної підготовки:

- а) засвоєння техніки і тактики обраної спортивної дисципліни;
- б) участь у змаганнях і досягнення високих спортивних результатів;
- в) виховання необхідних моральних і волевих якостей;
- г) засвоєння необхідних теоретичних знань і практичного досвіду;
- д) розвиток і вдосконалення рухових якостей і підвищення можливостей функціональних систем організму.

4. Назвіть основні принципи, що складають систему підготовки спортсмена?

- а) принципи доступності та індивідуалізації і принцип міцності та прогресу; принцип систематичності;
- б) принцип спрямованості до вищих досягнень; принцип взаємозв'язку змагальної діяльності та підготовленості спортсмена; принцип циклічності та безперервності підготовки.

5. Метою спортивного тренування є:

- а) виконання вимог нормативів спортивної класифікації (Ір., МС, МСМК);
- б) досягнення максимально можливого для даного спортсмена рівня фізичної техніко-тактичної, психологічної та теоретичної підготовленості, обумовленого вимогами обраного виду спорту;
- в) виконання запланованих навантажень тренувального плану, їх аналіз та корекція протягом періоду підготовки.

6. В кожному макроциклі виділяють три періоди:

- а) підготовчий, змагальний, перехідний;
- б) вступний, основний, заключний;
- в) базовий, змагальний, відновлювальний;
- г) загальний, спеціальний, контрольний.

7. До основних засобів спортивної підготовки відносяться:

- а) розповідь, пояснення, лекція, бесіда, аналіз і обговорення, а також правильний у методичному відношенні показ фізичних вправ або їх елементів;

б) різноманітні фізичні вправи, що прямо чи опосередковано впливають на удосконалення спортивної майстерності;

в) сукупність знань, методичних основ, організаційних форм і умов тренувально-змагального процесу, що оптимально взаємодіють між собою на основі певних принципів і забезпечують найкращий ступінь готовності спортсмена до високих спортивних досягнень.

8. До методів, спрямованих переважно на засвоєння спортивної техніки відносяться:

- а) словесні та наочні методи;
- б) методи розучування вправи в цілому і по частинам;
- в) методи строго регламентованої вправи, ігровий, коловий та змагальний.

9. Чи можна вважати виміром обсягу навантаження наступні одиниці виміру:

- кількість днів тренування;
 - кількість тренувань
 - кількість піднятих кг, т.
 - кількість спроб (підходів)
 - загальний час тренувань
- так/ні

10. Спеціальна фізична підготовка спрямована на:

а) досягнення оптимального рівня фізичної працездатності та функціональних можливостей спортсмена;

б) засвоєння теоретичних знань і практичного досвіду, необхідних для успішної тренувальної та змагальної діяльності;

в) на розвиток рухових якостей відповідно до вимог, зумовлених специфікою конкретного виду спорту та особливостями змагальної діяльності у ньому.

Варіант 2

11. «Ударний» метод використовується для розвитку:

- а) швидкісних здібностей;
- б) абсолютної сили;
- в) «вибухової» сили;
- г) спритності.

12. У структуру координаційних здібностей не входить:

- а) здатність до оволодіння новими рухами;
- б) уміння диференціювати різні характеристики рухів і керувати ними;
- в) здатність до імпровізації і комбінацій у процесі рухової діяльності;
- г) здатність долати зовнішній опір або протидіяти йому за допомогою власних м'язових зусиль.

13. Під спортивною технікою розуміють:

- а) здатність до імпровізації і комбінацій у процесі рухової діяльності;
 - б) сукупність прийомів і дій, що забезпечують найбільш ефективне вирішення рухових завдань, зумовлених специфікою виду спорту;
- В спеціалізованих положеннях і рухи спортсменів, що вирізняються характерною руховою структурою.

14. Рухові уміння від рухових навичок відрізняються:

- а) формуванням динамічного стереотипу;
- б) наявністю рухових уявлень про прийоми, дії і спроби їх виконання;
- в) нестабільними і не завжди адекватними способами вирішення рухових завдань, значною концентрацією уваги при виконанні окремих рухів, відсутністю автоматизованого керування ними.

15. До критеріїв результативності техніки не входить:

- а) мінімальна тактична інформативність техніки для суперника;
- б) варіативність;
- в) утримання високого рівня концентрації уваги;
- г) ефективність, стабільність та економічність.

16. Під спортивною тактикою розуміють:

- а) найбільш раціональні способи вирішення рухового завдання;
- б) забезпечення відповідності координаційної структури рухової дії, її динамічні та кінематичні характеристики індивідуальним особливостям спортсменів;
- в) цілеспрямовані способи використання технічних прийомів в діяльності змагань для вирішення конкретних завдань.

17. Значення тактики полягає у:

- а) найбільш ефективній реалізації можливостей спортсмена (фізичних, технічних, психічних), подоланні опору суперника з якнайменшими втратами;
- б) відповідності координаційної структури, динамічних та кінематичних характеристик рухової дії індивідуальним особливостям спортсменів;

в) здатності спортсмена точно відтворювати просторові, часові та динамічні характеристики рухів та їх ритмічну структуру.

18. Що не входить до напрямків психологічної підготовки:

- а) формування мотивації до занять спортом;
- б) керування передстартовими станами;
- в) виховання морально-вольових якостей та необхідних рис характеру;
- г) розвиток тактичного мислення;
- д) удосконалення стійкості до емоційного стресу.

19. Спортивні здібності - це:

- а) вроджені анатомо-фізіологічні особливості нервової системи, мозку, органів почуттів і руху;
- б) індивідуальні анатомо-фізіологічні та психологічні особливості людини, що є умовою успішного виконання спортивної діяльності;
- в) набір необхідних рухових якостей для занять певним видом спорту.

20. Педагогічні методи спортивного відбору дозволяють:

- а) визначити морфофункціональні особливості, рівень фізичного розвитку, стан сенсорних систем організму спортсмена і стан його здоров'я;
- б) отримати дані про спортивні інтереси дітей, розкрити причинно-наслідкові зв'язки формування мотивацій до тривалих занять спортом і високим спортивним досягненням;
- в) оцінити рівень розвитку фізичних якостей і спортивно-технічної майстерності юних спортсменів.

Варіант 3

21. Основний документ, що регламентує організацію і проведення спортивних змагань:

- а) положення про змагання;
- б) правила суддівства;
- в) єдина спортивна класифікація України.

22. Система відновлення і підвищення працездатності спортсменів включає:

- а) педагогічні, медико-біологічні та психологічні засоби відновлення;
- б) раціональне чергування мікро-, мезо- та макроциклів;
- в) постійний контроль за рівнем техніко-тактичної підготовленості.

23. Стан тренуваності визначається:

- а) адаптаційними перебудовами біологічного характеру в організмі спортсмена;
- б) ростом спортивної майстерності;
- в) рівнем розвитку рухових якостей.

24. Відновлення фізичного та психічного потенціалу спортсмена після фізичних навантажень є завданням:

- а) перехідного періоду макроциклу;
- б) підготовчого періоду макроциклу;
- в) змагального періоду макроциклу.

25. Середній тренувальний цикл тривалістю від 2 до 6 тижнів, що включає відносно закінчений ряд мікроциклів називається:

- а) періодом;
- б) етапом;
- в) мезоциклом;
- г) макроциклом.

26. Підвідні вправи використовуються для :

- а) полегшення засвоєння спортивної техніки шляхом планомірного засвоєння більш простих рухових дій, що повторюють за структурою основний рух;
- б) створення спеціального фундаменту для наступного удосконалення в тому чи іншому виді спорту;
- в) всебічного фізичного і функціонального розвитку організму спортсменів.

27. Для підвищення аеробних можливостей, розвитку спеціальної витривалості до роботи середньої і великої потужності в основному використовується:

- а) неперервний метод строго регламентованих вправ;
- б) коловий метод тренування;
- в) ігровий метод тренування.

28. Який з принципів не відноситься до специфічних принципів спортивного тренування:

- а) принцип спрямованості до найвищих досягнень;
- б) поглибленої спеціалізації;

в) принцип індивідуалізації;

г) принцип циклічності.

29. Технічна підготовленість — це:

а) ступінь засвоєння спортсменом системи рухів, що відповідає особливостям даного виду спорту і спрямована на досягнення високих спортивних результатів;

б) рівень розвитку спеціальних для конкретного виду спорту рухових якостей;

в) результат формування тактичних умінь та морально-вольових якостей.

30. Фізична підготовка — це:

а) педагогічний процес, спрямований на розвиток рухових якостей та підвищення функціональних можливостей організму спортсмена;

б) рівень розвитку фізичних якостей спортсмена;

в) комплекс вправ для розвитку спеціальних рухових здібностей.

Варіант 4

31. Спортивний відбір — це:

а) система визначення переможців у спортивних змаганнях;

б) це комплекс заходів, що дозволяє визначити високий ступінь схильності (обдарованості) дитини до того чи іншого виду спорту;

в) вивчення окремих сторін підготовленості спортсменів.

32. Спортивна форма - це:

а) адаптаційні перебудови біологічного характеру в організмі спортсмена, що визначають рівень можливостей різних функціональних систем;

б) вищий ступінь готовності спортсмена, що характеризується його здатністю до одночасної оптимальної реалізації в змагальній діяльності різних сторін підготовленості;

в) показник спортивної майстерності і здібностей спортсмена, виражений в конкретних результатах.

33. Основними завданнями етапу початкової підготовки (початкового навчання) є:

а) зміцнення здоров'я, загальна рухова підготовка, формування необхідного основного рухового фонду та виховання морально-вольових якостей;

б) забезпечення необхідного рівня спеціальної фізичної та психічної підготовленості;

в) вивчення техніки і тактики обраного виду спорту.

34. Основним недоліком ігрового методу є:

а) виконання серії вправ однакової тривалості з постійною інтенсивністю і строго регламентованими паузами;

б) неможливість чіткого дозування фізичних навантажень;

в) висока емоційність занять та комплексний вплив.

35. Систематичне повторення відносно закінчених структурних одиниць тренувального процесу характеризує принцип:

а) хвилеподібності і варіативності;

б) поступового підвищення навантажень і тенденції до максимальних;

в) циклічності.

36. Різні вправи, що вимагають швидкої реакції, високої швидкості виконання окремих рухів, максимальної частоти рухів є засобами:

а) розвитку швидкості;

б) виховання морально-вольових якостей;

в) тактичної підготовки.

37. Уміння диференціювати різні характеристики рухів і керувати ними відноситься до:

а) координаційних здібностей;

б) тактичної підготовленості;

в) функціональних можливостей;

г) технічної майстерності.

38. Метод максимальних зусиль використовується для розвитку:

а) силових якостей;

б) аеробних можливостей;

в) гнучкості;

г) швидкості.

39. Морально-вольова підготовка відноситься до:

а) спеціальної фізичної підготовки;

б) тактичної підготовки;

в) психологічної підготовки.

40. Який з методичних прийомів є педагогічно виправданим?

- а) чергування швидкісних вправ з вправами на витривалість;
- б) чергування вправ, спрямованих на розвиток силових якостей, і вправ, спрямованих на підвищення рухливості в суглобах;
- в) застосування стандартних, простих та одноманітних вправ для розвитку координаційних здібностей.

Варіант 5

41. Під адаптацією у спорті слід розуміти:

- а) процес пристосування організму спортсмена до навколишнього середовища або змін, що відбуваються у самому організмі під впливом фізичних навантажень;
- б) активізація діяльності функціональних систем організму у процесі фізичного розвитку;
- в) найвищий ступінь оволодіння технікою і тактикою обраного виду спорту.

42. Відновлення - це:

- а) післяробочий період, коли відбувається підвищення працездатності, відновлюються витрачені енергетичні ресурси, знижується рівень перебігу всіх фізіологічних процесів до вихідного або стабілізація їх на новому рівні;
- б) виснаження і зношення функціональних систем організму внаслідок надмірних тренувальних навантажень;
- в) приріст показників працездатності і покращення спортивних результатів.

43. Стомлення - це:

- а) тимчасове зниження працездатності в результаті тривалої м'язової діяльності;
- б) активізація м'язової діяльності, концентрація психічних і фізичних сил організму;
- в) відновлення енергетичних та фізичних ресурсів організму.

44. Об'єктивною ознакою втоми є:

- а) зниження працездатності;
- б) підвищення ЧСС і почервоніння шкіри;
- в) зниження спортивних результатів.

45. На попередньому етапі відбору слід враховувати:

- а) прогностично значущі ознаки та показники розвитку організму, що зумовлюють успішність занять певним видом спорту;
- б) здібності до вирішення рухових задач, прояву рухової творчості, вмінню управляти своїми рухами.;
- в) тривалість і якість процесів відновлення в організмі дітей після виконання значних тренувальних навантажень.

46. Психологічні обстеження у спортивному відборі дозволяють:

- а) оцінити тип темпераменту дитини, прояв таких якостей, як активність і наполегливість у спортивній боротьбі, самостійність, цілеспрямованість, спортивну працьовитість, здатність мобілізуватися під час змагань і т.п;
- б) вивчити інтереси дітей та підлітків до занять тим чи іншим видом спорту та їх соціальний статус;
- в) визначити наявність необхідних рухових якостей і здібностей індивіда для успішної спеціалізації в тому чи іншому виді спорту.

47. Виділяють такі типи адаптації:

- а) основну і допоміжну;
- б) термінову і довгострокову;
- в) тимчасову і постійну.

48. Спортивне тренування - це:

- а) основна форма підготовки спортсмена, яка є спеціалізованим педагогічним процесом, побудованим на системі вправ і спрямованим на управління спортивним вдосконаленням спортсмена, що обумовлює його готовність до досягнення вищих результатів;
- б) спеціальна сфера, в якій здійснюється діяльність спортсмена, що дозволяє об'єктивно порівнювати певні його здібності і забезпечити їх максимальний прояв;
- в) педагогічний процес, спрямований на розвиток рухових якостей відповідно до вимог, обумовлених специфікою конкретного виду спорту, особливостями змагальної діяльності.

49. Метою спортивної підготовки у сфері масового спорту є:

- а) зміцнення здоров'я, покращення фізичного стану і забезпечення активного відпочинку;
- б) досягнення максимально високих результатів в діяльності змагань;
- в) дотримання оптимального співвідношення параметрів тренувального навантаження.

50. Антропометричні обстеження у відборі дозволяють визначити:

- а) прогностично значущі генетично обумовлені показники психічного розвитку організму спортсменів;
- б) наскільки кандидати для зарахування в навчально-тренувальні групи і групи спортивного вдосконалення відповідають тому морфотипу, що характерний для даного виду спорту;
- в) темпи приросту фізичних якостей і спортивних результатів.

7. Методи навчання

Під час викладання дисципліни «Теорія і методика сучасної системи спортивного тренування» застосовуються такі методи навчання, як:

1. Методи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності:

- а) За джерелом інформації:
 - Словесні: лекція (традиційна, проблемна, лекція-прес-конференція) із застосуванням комп'ютерних інформаційних технологій (PowerPoint – Презентація), семінари, пояснення, розповідь, бесіда.
 - Наочні: спостереження, ілюстрація, демонстрація.
- б) За логікою передачі і сприйняття навчальної інформації: індуктивні, дедуктивні, аналітичні, синтетичні.
- в) За ступенем самостійності мислення: репродуктивні, пошукові.
- г) За ступенем керування навчальною діяльністю: під керівництвом викладача; самостійна робота студентів: з книгою.

2. Методи стимулювання інтересу до навчання і мотивації навчально-пізнавальної діяльності: навчальні дискусії; створення ситуації пізнавальної новизни; створення ситуацій зацікавленості (метод цікавих аналогій тощо).

8. Форми контролю

Відповідно до «Положення про організацію освітнього процесу у Національному університеті біоресурсів і природокористування України», затвердженого вченою радою НУБіП України 26 квітня 2023 року, протокол № 10, видами контролю знань здобувачів вищої освіти є поточний контроль, проміжна та підсумкова атестації.

Поточний контроль з дисципліни здійснюється під час проведення практичних занять, і має на меті перевірку рівня підготовленості здобувачів вищої освіти до виконання конкретної роботи.

Проміжна атестація проводиться після вивчення програмного матеріалу і має визначити рівень знань здобувачів вищої освіти з програмного матеріалу, отриманих під час усіх видів занять і самостійної роботи.

Семестрова атестація (підсумкова) проводиться у формі семестрового екзамену. Здобувачі вищої освіти зобов'язані скласти екзамен відповідно до вимог робочого навчального плану у терміни, передбачені графіком освітнього процесу. Зміст екзамену визначається робочою навчальною програмою дисципліни.

9. Розподіл балів, які отримують студенти

Оцінювання знань студента відбувається за 100-бальною шкалою і переводиться в національні оцінки згідно з табл. 1 «Положення про екзамени та заліки у НУБіП України» (від 26.04.2023 р. протокол № 10).

Таблиця 1

Оцінювання знань здобувача вищої освіти

Рейтинг здобувача вищої освіти, бали	Оцінка національна за результатами складання	
	екзаменів	заліків
90-100	відмінно	зараховано
74-89	добре	
60-73	задовільно	
0-59	незадовільно	не зараховано

Засвоєння здобувачем вищої освіти програмного матеріалу змістового модуля вважається успішним, якщо рейтингова оцінка його становить не менше, ніж 60 балів за 100-бальною шкалою.

Для визначення рейтингу здобувача з виконання програми навчальної дисципліни **Рпр.** (до 100 балів), одержаний рейтинг з екзамену (підсумкової атестації, **Рат.**) (до 30 балів) додається до рейтингу студента з навчальної роботи **Рн.р.** (до 70 балів): $R_{пр.} = R_{н.р.} + R_{ат.}$

Підсумкова оцінка студенту виставляється з урахуванням виконання основних видів діяльності за модулями та складання екзамену (табл. 2):

Таблиця 2

Розподіл балів, які формують підсумкову оцінку студента з дисципліни

Види діяльності	К-ть балів
Змістовний модуль 1	100
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 1	10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 2	10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 3	10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 4	10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 5	10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 6	10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 7-8	10
Наявність конспектів за темами самостійної роботи	20
Модульна контрольна робота. Виконання 10 тестових завдань за тематикою змістовного модуля	10
Змістовий модуль 2	100
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 9	10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 10	10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 11	10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 12	10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 13	10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 14	10
Відповіді студентів на практичному занятті за Темою 15	10
Наявність конспектів за темами самостійної роботи	20

Модульна контрольна робота. Виконання 10 тестових завдань за тематикою змістовного модуля	10
Всього за види діяльності (Рейтинг навчальної роботи - Рн.р.)	70
Екзамен (Рейтинг підсумкової атестації – Рат.)	30
Рейтингова оцінка навчальної дисципліни – Рн.д.	100

Політика оцінювання

Політика щодо дедлайнів та перескладання:	Презентації, тестові завдання, доповіді, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку. Перескладання модулів відбувається із дозволу викладача за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний).
Політика щодо академічної доброчесності:	Презентації, тестові завдання, доповіді повинні бути оформлені згідно зразку та мати коректні текстові посилання на використану літературу
Політика щодо відвідування:	Відвідування занять є обов'язковим. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, міжнародне стажування) навчання може відбуватись індивідуально (в он-лайн формі за погодженням із деканом факультету)

10. Критерії оцінювання навчальних досягнень студентів з навчальної дисципліни «Теорія і методика сучасної системи спортивного тренування»

10.1. Критерії оцінювання відповіді студентів на практичних заняттях (оцінюється до 10 балів)

Оцінка, в балах	Критерії оцінювання
9-10	Студент має глибокі міцні і системні знання з теми, використовує наукову термінологію, вільно володіє понятійним апаратом. Вміє працювати з науковою літературою. Будує відповідь логічно, послідовно, розгорнуто, використовуючи наукову термінологію. Не допускає помилок в усній формі.
7-8	Студент має міцні ґрунтовні знання, вміє застосовувати їх на практиці, виконує практичну роботу без помилок, але може допустити неточності, окремі помилки в формулюванні відповідей, незначні мовні помилки в наведених прикладах. Студент недостатньо вміє самостійно мислити, не може вийти за межі теми.
5-6	Студент в цілому володіє навчальним матеріалом викладає його основний зміст під час усних виступів, але без глибокого всебічного аналізу, обґрунтування та аргументації, допускаючи при цьому окремі суттєві неточності та помилки.
3-4	Не в повному обсязі володіє навчальним матеріалом, має фрагментарні знання з теми. Не володіє термінологією, оскільки понятійний апарат не сформований. Не вміє викласти програмний матеріал. Мова невиразна, обмежена, бідна, словниковий запас не дає змогу оформити ідею.
1-2	Частково володіє навчальним матеріалом не в змозі викласти зміст більшості питань теми під час усних виступів, допускаючи при цьому суттєві помилки.

10.2. Критерії оцінювання самостійної роботи (оцінюється до 20 балів)

Оцінка, в	Критерії оцінювання
-----------	---------------------

балах	
20	Студент опрацював всі 100% тем самостійної роботи за відповідним змістовним модулем якісно і повно, що підтверджується конспектом.
17-19	Студент опрацював 90-80% тем самостійної роботи за відповідним змістовним модулем, що підтверджується конспектом.
14-16	Студент опрацював в 70% тем самостійної роботи за відповідним змістовним модулем, що підтверджується конспектом.
11-13	Студент опрацював 60% тем самостійної роботи за відповідним змістовним модулем, що підтверджується конспектом.
8-10	Студент опрацював 50% тем самостійної роботи за відповідним змістовним модулем якісно і повно, що підтверджується конспектом.
5-7	Студент опрацював 40-30% тем самостійної роботи за відповідним змістовним модулем якісно і повно, що підтверджується конспектом.
2-4	Студент опрацював 20% тем самостійної роботи за відповідним змістовним модулем якісно і повно, що підтверджується конспектом.
1	Студент опрацював 10% тем самостійної роботи за відповідним змістовним модулем якісно і повно, що підтверджується конспектом.

10.3. Критерії оцінювання виконання 10 тестових завдань модульних контрольних робіт (оцінюється до 10 балів)

Виконання студентами тестових завдань за тематикою 1-го та 2-го змістовних модулів оцінюється в 1 бал за кожний правильний варіант відповіді.

Таким чином, студент може отримати максимально 10 балів за надані 10 правильних відповідей в тесті.

10.4. Критерії оцінювання складання студентами екзамену (оцінюється в 30 балів)

Критерії оцінювання написання студентом відповідей на екзаменаційні запитання. Відповідь на одне екзаменаційне запитання, оцінюється до **10** балів (2 питання по **10** балів):

Оцінка, в балах	Критерії оцінювання
9-10	В повному обсязі володіє навчальним матеріалом, вільно самостійно та аргументовано його викладає під час усних виступів та письмових відповідей, глибоко та всебічно розкриває зміст теоретичних питань та практичних завдань, використовуючи при цьому обов'язкову та додаткову літературу
7-8	Достатньо повно володіє навчальним матеріалом, обґрунтовано його викладає під час усних виступів та письмових відповідей, в основному розкриває зміст теоретичних питань та практичних завдань, використовуючи при цьому обов'язкову літературу. Але при викладанні деяких питань не вистачає достатньої глибини та аргументації, допускаються при цьому окремі несуттєві неточності та незначні помилки
5-6	В цілому володіє навчальним матеріалом викладає його основний зміст під час усних виступів та письмових відповідей, але без глибокого всебічного аналізу, обґрунтування та аргументації, без використання необхідної літератури допускаючи при цьому окремі суттєві неточності та помилки
3-4	Не в повному обсязі володіє навчальним матеріалом. Фрагментарно,

	поверхово (без аргументації та обґрунтування) викладає його під час усних виступів та письмових відповідей, недостатньо розкриває зміст теоретичних питань та практичних завдань, допускаючи при цьому суттєві неточності
1-2	Частково володіє навчальним матеріалом не в змозі викласти зміст більшості питань теми під час усних виступів та письмових відповідей, допускаючи при цьому суттєві помилки

Написання тестових завдань, оцінюється до 10 балів. За кожну правильну відповідь на питання, студент отримує 1 бал (10 питань*1 бал = 10 балів).

11. Методичне забезпечення

Методичним забезпеченням навчальної дисципліни є:

- Навчальний план підготовки майбутнього фахівця другого (магістерського) рівня вищої освіти за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт.
- «Положення про екзамени та заліки у Національному університеті біоресурсів і природокористування України» (затверджено Вченою радою НУБіП України від 26.04.2023 р. протокол № 10);
- ця робоча програма;
- завдання для самосійної роботи студентів;
- контрольні питання для поточного і підсумкового контролю;
- слайди, відео фрагменти навчального матеріалу;
- електронні презентації навчального матеріалу.

12. Рекомендовані джерела інформації

Основні

1. Гончаренко О.С., Черненко С.О. Методика організації та проведення спортивно-масових заходів. Рекомендовано до друку вченою радою ДВНЗ «донецький державний педагогічний університет» (протокол № 3 від 30.09. 2021 р.), 2021. 60 с.
2. Круцевич Т.Ю., Безверхня Г.В. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення : навч.посіб. К. : Олімп. л-ра, 2010. 370 с.
3. Куроченко І.П., Біляєв Я.М. Організація фізичної культури і спорту в територіальних громадах України: навч-метод. посіб. Київ: Видавництво Ліра-К, 2022. 464 с.
4. Платонов В.М. Сучасна система спортивного тренування. К.: Перша друкарня, 2020. 704 с.
5. Приходько В.В. Розвиток спорту в умовах об'єднаних територіальних громад : монографія. Дніпро : Інновація, 2020. 348 с.
6. Приходько В.В. Формування сучасної системи підготовки спортсменів : монографія. Дніпро : Інновація, 2019. 384 с.
7. Професійний спорт : методичні рекомендації / уклад. С. І. Савчук, Н. Я. Захожа, Ж.С. Мудрик, О.В. Валькевич. Луцьк : Вежа-Друк, 2023. 108 с.

8. Сергієнко В.М. Фізкультурно-спортивна діяльність тренера з виду спорту :навчальний посібник. Суми : Сумський державний університет, 2022. 184 с.
9. Ціпов'яз А.Т. Бондаренко В.В. Організація і управління фізичною культурою і спортом: навч. посіб. Кременчук : КПК, 2019. 128 с.
10. Слободянюк М.А. Адміністративно-правове регулювання публічного управління у галузі фізичної культури та спорту : монографія. Одеса : Видавництво «Юридика», 2023. 198 с.

Додаткові

1. Артамонов В.О. Способи популяризації фізичної культури серед учнів старших класів закладів загальної середньої освіти у сільській місцевості. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)* : зб. наук. праць / За ред. О. В. Тимошенка. Київ : Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова, 2023. Вип. 7 (167). С. 9-13.
2. Базенко В.А. Розвиток фізичної культури та спорту на рівні територіальної громади в умовах децентралізації влади в Україні – На правах рукопису. Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата наук з державного управління за спеціальністю 25.00.04 – місцеве самоврядування. Одеський регіональний інститут державного управління НАДУ при Президентові України, Одеса, 2019. 267 с.
3. Гасюк І.Л. Механізми фінансування галузі фізична культура і спорт. *Теорія та практика державного управління*, 2010. № 4, С. 250-259.
4. Дорофєєва Т.І. Особливості уявлень респондентів різних територіальних громад про мотиви участі школярів в уроках фізичної культури. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)* : зб. наук. праць / За ред. О. В. Тимошенка. Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2021. Вип. 10 (141). С. 48-55.
5. Дорофєєва Т.І. Регіональний стандарт підвищення кваліфікації інструкторів фізичної культури сільських і селищних рад, об'єднаних територіальних громад. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)* : зб. наук. праць. Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2021. Вип. 6 (137). С. 53-60.
6. Дорофєєва Т.І. Застосування стандартів державними і громадськими організаціями в умовах публічного управління розвитком фізичної культури і спорту. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)* : зб. наук. праць. Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2021. Вип. 2 (130). С. 54-59.

7. Зюзь В. М. Вплив фізичної культури і спорту на продуктивність праці у ТОВ «Метінвест-Промсервіс» / В. М. Зюзь, Т. М. Бабич, В. В. Балухтіна // *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)* : зб. наук. праць. Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2019. Вип. 11 (119). С. 87-91.
8. Кость М.М. Організаційні основи розвитку фізкультурно-спортивного руху серед сільського населення України : автореф. дис. ...канд. наук з фіз. вих. : 24.00.02. Луцьк, 2000. 20 с.
9. Крушельницька Т. А., Матвєєва О. Ю. Публічне управління галуззю фізичної культури та спорту як альтернатива сталого розвитку економіки громад у контексті досвіду Великої Британії та США. *Публічне управління та митне адміністрування*, 2020. № 4 (27). С. 94–101
10. **Моргунов О.А.** Адміністративно-правові методи публічного адміністрування у сфері фізичної культури і спорту. *Приватне та публічне право*. 2021. № 4. С. 72-76
11. Нікітенко С.В. Роль місцевого самоврядування в налагодженні фізкультурно-масової роботи та підготовки спортсменів вищої кваліфікації. *Таврійський науковий вісник. (Серія: Економіка)*. 2020. Вип. 1. С. 194–201.
12. Орлатий М.К. Методологічні підходи щодо соціально-інфраструктурного потенціалу територіальних громад села. *Продуктивність агропромислового виробництва. економічні науки*, 2015. № 27, С. 125-132.
13. Павлова К. А. Публічне управління оздоровленням населення через розвиток масового спорту : кваліфікаційна робота на здобуття освітнього ступеня «магістр» : 281 – Публічне управління та адміністрування. Харків : ХНМУ, 2023. 73 с.
14. Попрошаєв О.В., Попрошаєва О.А. Питання розвитку системи освіти та фізичної культури і спорту в умовах децентралізації влади / О. В. Попрошаєв. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)* : зб. наук. праць. Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2021. Вип. 5 (136). С. 83-87
15. Приходько В., Дорофєєва Т. Обґрунтування наукової розробки теми розвитку спорту в умовах об'єднаних територіальних громад. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. 2020. № 10. С. 197-203.
16. Романенко С.С. Національні та регіональні орієнтири розвитку спортивно-оздоровчої діяльності. *Ефективна економіка*. 2022. № 6. С. 1-15.
17. Феськов В.В. Управління корпоративною соціальною відповідальністю на підприємстві агропромислового комплексу : кваліфікаційна робота на здобуття освітнього ступеня «магістр» : спец. 073 «Менеджмент». ЧНУ ім. Петра Могили. Миколаїв, 2023. 91 с.
18. Цимбалюк С. Сутність та економічна роль спортивно-оздоровчої сфери регіону. *Економічний дискурс*. 2021. № 1(1-2), С. 57–65.
19. Цьось А. В. Забезпечення відповідності фізкультурно-спортивних послуг стандартам якості в малих та середніх територіальних громадах на

прикладі Слобожанщини, Дніпропетровської та Запорізької областей. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : зб. наук. праць / За ред. О. В. Тимошенка. Київ : Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова, 2023. Вип. 10 (170). С. 148-152.*

Інформаційні ресурси

1. Стратегія розвитку фізичної культури і спорту до 2028 року. URL: <https://mizhiria-osvita.gov.ua/uploads/1-1.pdf>
2. Всеукраїнська асоціація об'єднаних територіальних громад. URL: <https://hromady.org/>
3. Всеукраїнське фізкультурно-спортивне товариство «Колос». URL: <http://ukrkolos.vn.ua/>
4. Закон України про «Фізичну культуру і спорт». URL: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12>
5. Міністерство молоді та спорту України. URL: <https://mms.gov.ua/>
6. Міністерство розвитку громад та територій України. URL: <https://www.minregion.gov.ua/>
7. Національна бібліотека України імені В.І. Вернадського. URL: <http://www.nbuv.gov.ua/>
8. Профспілка працівників агропромислового комплексу України. URL: https://profapk.org.ua/cms/sports_activities.html
9. Розвиток спорту в ОТГ як інвестиція. URL: <https://decentralization.gov.ua/news/7911>
10. Сайт гугл академії. URL: https://scholar.google.com.ua/schhp?hl=uk&as_sdt=0,5
11. Сайт журналу «Наука в олімпійському спорті». URL: <http://sportnauka.org.ua/>
12. Сайт журналу «Теорія і методика фізичного виховання і спорту». URL: <http://tmfvs-journal.uni-sport.edu.ua/>
13. Спортивна наука України. URL: <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/msnu>
14. Фізична активність, здоров'я і спорт. URL: <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/fazis>