



Донбаська державна машинобудівна академія

Силабус навчальної дисципліни

«ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ ОБРАНОГО ВИДУ СПОРТУ»

на 2020 / 2021 навчальний рік

Галузь знань	01 Освіта/Педагогіка
Спеціальність	017 Фізична культура і спорт
ОПП (ОНП)	Фізична культура і спорт
Рівень вищої освіти	перший (бакалаврський)
Форма навчання	денна
Семестр, в якому викладається дисципліна	4а,4б; 5, 6а,6б
Статус дисципліни	обов'язкова
Обсяг дисципліни	420 годин (14 кредитів ЕКТС); 330 годин (11 кредитів ЕКТС); 210 годин (7 кредитів ЕКТС);
Мова викладання	українська
Оригінальність навчальної дисципліни	Авторський курс
Факультет	Економіки і менеджменту
Кафедра	Фізичного виховання і спорту
Розробник	Черненко С. О.
Викладач, який забезпечує проведення лекційних занять	Черненко С. О.
Викладач, який забезпечує проведення практичних/ лабораторних занять	Черненко С. О. Єрмоленко О. В.
Локація та матеріально-технічне забезпечення	Аудиторія теоретичного навчання, проектор (або інше)
Лінк на дисципліну	<a href="http://moodle.dgma.donetsk.ua/course/view.php?id=1414">http://moodle.dgma.donetsk.ua/course/view.php?id=1414</a>

Кількість годин	Лекції	Практичні заняття	Лабораторні заняття	Самостійна робота	Вид підсумкового контролю
210	34	68		108	Іспит
330	64	98		168	Іспит/Залік
420	66	102		152	Іспит/Залік

<b>Що буде вивчатися (предмет навчання)</b>	Предметом сучасної ТМФВ є: 1) Отримати уявлення про зміст, мету та завдання теорії та методики обраного виду спорту; 2) Сформувані знання про змагальну діяльність в обраному виді спорту; 3) Оволодіти основами здійснення загального керівництва і побудови тренувального процесу
<b>Чому це цікаво/потрібно вивчати (мета)</b>	Мета дисципліни - є формування базових професійно-педагогічних знань, вмінь та навичок, які забезпечують теоретичну та практичну підготовку тренера з обраного виду спорту.
<b>Чому можна навчитися (результати навчання)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• творчо використовувати отримані знання під час вирішення педагогічних, навчально-виховних, науково-методичних завдань;</li> <li>• вирішувати теоретичні та практичні завдання з використанням сучасних методів спортивного тренування;</li> <li>• застосовувати у практичній діяльності отримані знання на різних етапах багаторічної підготовки та в різних періодах річного макроциклу;</li> <li>• організовувати та проводити змагання з обраного виду спорту;</li> <li>• планувати процес спортивного тренування різних груп населення;</li> <li>• вести документи контролю та обліку процесу тренувального процесу обраних видів спорту;</li> <li>• аналізувати, узагальнювати, розповсюджувати передовий досвід, підвищувати свою професійну кваліфікацію;</li> <li>• проводити педагогічні дослідження з фізичного виховання і спорту.</li> </ul>
<b>Як можна користуватися набутими знаннями і вміннями (компетентності)</b>	<p>здатність визначати мету, завдання, принципи, засоби, методи навчання та тренування з обраного виду спорту;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• здатність ефективно використовувати основні положення загальної теорії та методики підготовки спортсменів;</li> <li>• здатність скласти план навчально-тренувального процесу (макроцикл) та (мезоциклу);</li> <li>• здатність організовувати та проводити змагання з обраного виду спорту, виконувати функції судді та представника команди, дотримуватись правил техніки безпеки, страхування, експлуатації спортивного інвентарю та спортивних споруд;</li> <li>• розуміти сутність та зміст структури підготовки до змагань з урахуванням закономірностей періодизації спортивного тренування;</li> <li>• здатність застосовувати методику набору і відбору перспективних дітей у спортивні секції.</li> </ul>
<b>Навчальна логістика</b>	<p>Зміст дисципліни:</p> <p>Змістовний модуль 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ СУЧАСНОЇ СИСТЕМИ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ</p> <p>Тема 1. Фізична культура і спорт як суспільне явище</p> <p>Тема 2. Історія розвитку, методологія побудови, сучасний стан теорія підготовки спортсменів</p> <p>Тема 3. Система наукових знань в теорії спорту</p> <p>Тема 4. Закономірності та тенденції розвитку спортивних результатів</p> <p>Змістовний модуль 2. СИСТЕМА СПОРТИВНОГО ТРЕНУВАННЯ</p> <p>Тема 5. Основні положення сучасної системи спортивного тренування</p> <p>Тема 6. Управління тренувальною та змагальною діяльністю спортсмена</p> <p>Тема 7. Тренувальні та змагальні навантаження спортсменів</p> <p>Тема 8. Адаптація до тренувальних навантажень</p> <p>Тема 9. Вік і формування адаптації</p> <p>Тема 10. Технічна підготовка</p> <p>Тема 11. Тактична підготовка</p> <p>Тема 12. Фізична підготовка</p>

	<p>Тема 13. Психічна підготовка Змістовний модуль 3. ОСНОВИ ТЕОРІЇ ПЕРІОДИЗАЦІЇ СПОРТИВНОЇ ТРЕНІРОВКИ (РІЗНИХ ВИДАХ СПОРТУ) Тема 14. Сучасна система періодизації багаторічної підготовки Тема 15. Тренувальні заняття і побудова їх програм Тема 16. Мікроцикли і побудова їх програм Тема 17. Мезоцикли і побудова їх програм. Тема 18. Макроструктура процесу підготовки спортсменів Тема 19. Сучасні моделі періодизації річної підготовки Змістовний модуль 4. ПОЗАТРЕНУВАЛЬНІ ТА ПОЗАЗМАГАЛЬНІ ФАКТОРИ В СИСТЕМІ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ Тема 20. Середньогір'я, високогір'я і штучна гіпоксія в системі підготовки. Тема 21. Спортсмен в умовах порушення циркадних ритмів Тема 22. Засоби відновлення і стимуляції працездатності Тема 23. Дієтологічне і фармакологічне забезпечення Змістовний модуль 5. ВІДБІР І ОРІЄНТАЦІЯ В СИСТЕМІ БАГАТОРІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ Тема 24. Критерії відбору, генетична схильність до досягнень та особливості конституції спортсменів до виконання роботи різної спрямованості. Тема 25. Спортивна орієнтація та відбір для занять різними видами спорту.</p> <p>Види занять: Лекційні, семінарські</p> <p>Методи навчання: З словесних методів навчання в процесі викладення дисципліни використовуються: пояснення, розповідь, бесіда, аналіз, навчальна дискусія. Наочні методи: ілюстрування, спостереження, демонстрування (у тому числі відеозаписів з використанням мультимедійного обладнання). Практичні – письмові завдання, творчі завдання.</p>
<b>Пререквізити</b>	<p>Вивчення дисципліни базується на загальних знаннях теорії та методики фізичного виховання, психології, психології спорту, фізіології, біохімії, пов'язано з набуттям знань з дисциплін. Зв'язок з біологічними науками продиктований необхідністю вивчення реакцій організму на вплив засобів фізичного виховання, що визначає розвиток адаптаційних процесів людини.</p>
<b>Постреквізити</b>	<p>Виробнича (тренерська та за фахом) практика, загальна теорія підготовки спортсменів, основи наукових досліджень, підвищення спортивної майстерності з обраного виду спорту, спортивна метрологія, теорія і методика викладання гімнастики, легкої атлетики, спортивних ігор, теорія і методика викладання обраного виду спорту, теорія і методика дитячо-юнацького спорту, теорія та методика підготовки спортсменів.</p>
<b>Політика курсу</b>	<p>Курс передбачає індивідуальну та групову роботу. Усі завдання, передбачені програмою, мають бути виконані у встановлений термін. Якщо здобувач відсутній з поважної причини, він/вона презентує виконані завдання під час консультації викладача. Під час роботи над індивідуальними завданнями та проектами не допустимо порушення академічної доброчесності. Презентації та виступи мають бути авторськими оригінальними.</p>

<b>Оцінювання досягнень</b>	<p>При визначенні загальної оцінки враховуються результати поточного контролю з практичних та лабораторних занять, які відбулися в період, а також результати захисту індивідуальних завдань та самостійної роботи.</p> <p>Іспит/Залік за системою ЕКТС отримують здобувачі, які виконали всі види робіт і набрали не менше 55 зі 100 балів за результатами навчання.</p> <p><b>55-100 балів</b> - виставляється, якщо здобувач виявив певні знання основного програмного матеріалу в обсязі, що необхідний для подальшого навчання і роботи, у цілому впорався з поставленим завданням, припустився незначних помилок в арифметичних розрахунках, демонстрував здатність упоратися з виконанням завдань, передбачених програмою на рівні репродуктивного відтворення.</p> <p><b>0-54 балів – «Не зараховано»</b> - виставляється, якщо здобувач виявив серйозні прогалини в знаннях основного матеріалу, зробив принципові помилки, не зміг розв'язати типові задачі, провести розрахунки тощо.</p>
<b>Інформаційне забезпечення</b>	<p>Основна література:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Волков Л. В. Теория спортивного отбора: способности, одаренность, талант. – К.: Вежа, 1997. – 128 с.</li> <li>2. Матвеев Л. П. Основы общей теории спорта и системы спортивной подготовки / Л. П. Матвеев. – К.: Олимпийская литература, 1999.- 320 с.</li> <li>3. Оцінювання психо-фізіологічних станів у спорті / Георгій Коробейніков, Євген Приступа, Леся Коробейнікова, Юрій Бріскін. – Львів: ЛДУФК, 2013.– 311 с.</li> <li>4. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и её практическое применение / В.Н. Платонов. – К.: Олимп. лит., 2013. – 624 с.</li> <li>5. Платонов В.Н. Адаптация в спорте. – К.: Здоров'я. 1988 – 216 с.</li> <li>6. Платонов В. Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение. – К.: Олимп. лит., 2013. – 624 с.</li> <li>7. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник [для тренеров]: в 2кн. / В.Н. Платонов. – К.: Олимп. лит., 2015. – Кн. 1. – 2012. – 680 с.</li> <li>8. Харре Д. Учение о тренировке / Д. Харре. – М.: Физкультура и спорт, 1971. – 326 с.</li> </ol>


Розробник:

С.О. Черненко канд.наук з фіз.вих. і спорту, доцент кафедри ФВіС

«    » \_\_\_\_\_ 2020 р.

Гарант освітньої програми:

к.п.н., доцент

Ю. О. Долинний 

«    » \_\_\_\_\_ 2020 р.

Розглянуто і схвалено

на засіданні кафедри

Протокол № 21 від 27.08.2020 р.


Завідувач кафедри

 О. М. Олійник

«    » \_\_\_\_\_ 2020 р.

Затверджую:

Декан факультету економіки і менеджменту

 С. В. Мироненко

«    » \_\_\_\_\_ 2020 р.

