



Донбаська державна машинобудівна академія

Силабус навчальної дисципліни

Підвищення спортивної майстерності з обраного виду спорту
(спортивні єдиноборства)
на 2025 / 2026 навчальний рік

Галузь знань	А Освіта
Спеціальність	А7 Фізична культура і спорт
ОПП	Фізична культура і спорт
Рівень вищої освіти	перший (бакалаврський)
Форма навчання	денна
Семестр, в якому викладається дисципліна	На базі ПЗСО – 1, 2б, 3, 4б, 5, 6б, 7, 8б семестр. на базі ОКР «Молодший бакалавр» за іншою спеціальністю – 1, 2б, 3, 4б, 5, 6б семестр.
Статус дисципліни	Обов'язкова
Обсяг дисципліни	На базі ПЗСО – 495 годин / на базі ОКР «Молодший бакалавр» за іншою спеціальністю – 360 годин
Мова викладання	Українська
Оригінальність навчальної дисципліни	Авторський курс
Факультет	Інтегрованих технологій і обладнання
Кафедра	Фізичного виховання і спорту
Розробник	Сорокін Юрій Сергійович, старший викладач кафедри фізичного виховання і спорту
Викладач, який забезпечує проведення лекційних занять	Проведення лекційних занять не передбачено робочою програмою дисципліни
Викладач, який забезпечує проведення практичних/лабораторних занять	Сорокін Юрій Сергійович, старший викладач кафедри фізичного виховання і спорту
Локація та матеріально-технічне забезпечення	Спортивні зали №4,5, технічне забезпечення – спортивний інвентар та обладнання.
Лінк на дисципліну	Платформа дистанційної освіти ДДМА (MoodleDDMA) - http://moodle-new.dgma.donetsk.ua/course/view.php?id=909

Кількість годин	Лекції	Практичні заняття	Лабораторні заняття	Самостійна робота	Вид підсумкового контролю
495		244	-	251	Залік
360		178		182	Залік

Що буде вивчатися (предмет навчання)	Дисципліна «Спортивні єдиноборства» включає організацію навчально-виховного процесу та методику проведення занять у навчальних закладах освіти. На практичних заняттях студенти вивчають техніку, пізнають комплекси загально-розвиваючих і спеціальних вправ, формують професійно-педагогічні навички, необхідні для самостійної роботи.
Чому це цікаво/потрібно вивчати (мета)	Спортивні єдиноборства, як і будь-який вид спорту, має ряд цікавих особливостей. У спортивних єдиноборствах цінуються найкращі якості людини: ввічливість, сміливість, щирість, рішучість, спостережливість і почуття міри. Розглянемо інші особливості, щоб краще зрозуміти сенс і принципи.
Чому можна навчитися (результати навчання)	<i>Програмні результати навчання (ПРН):</i> - показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення; - засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег; - здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами. - здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань.
Як можна користуватися набутими знаннями і вміннями (компетентності)	<i>Загальні компетентності (ЗК) :</i> - здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями; - здатність працювати в команді; - здатність планувати та управляти часом; - навички міжособистісної взаємодії; - здатність бути критичним і самокритичним; - здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. <i>Фахові компетентності спеціальності (ФКС) :</i> - здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості; - здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях; - здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини; - здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми; - здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар; - здатність до безперервного професійного розвитку.
Навчальна логістика	Зміст дисципліни: Зміст дисципліни: Модуль 1 ЗФП; СФП; ТТП (техніко-тактична підготовка). Ознайомлення з технікою безпеки на заняттях. Ознайомлення та навчання основним техніко-тактичним діям у спортивних єдиноборствах та правилами змагань. Сприяти розвитку швидкості, витривалості, гнучкості, спритності, сили. Модуль 2 ЗФП; СФП; ТТП (техніко-тактична підготовка).

	Удосконалення основних техніко-тактичних дій у єдиноборствах в процесі навчально-тренувальних занять. Сприяти розвитку основних рухових здібностей. Модуль 3 Теоретична підготовка. Виконання ІНДЗ стосовно робочої документації. Види занять: практичні. Методи навчання: під час засвоєння студентами курсу «Підвищення спортивної майстерності з обраного виду спорту (бадмінтон)» використовуються наступні методи навчання: - вербальні (словесні): пояснення, опис, розбір, бесіда, розповідь, вказівка, настанова, команда і розпорядження, підрахунок. - наочні: показ вправ, техніки окремих рухів та виконання прийомів в цілому; показ тактичних взаємодій; використання наочних посібників, відеофайлів. - практичні: практичне виконання вправ, ігровий та змагальний методи. - самостійна робота: теоретична підготовка; самостійне опрацювання окремих розділів, тем навчальної дисципліни; підготовка і виконання завдань, що передбачені програмою, підготовка до усіх контрольних занять (складання практичних нормативів).
Реквізити	Дисципліна Підвищення спортивної майстерності (спортивні єдиноборства) тісно пов'язана з рядом інших компонентів освітньої програми, а саме: Спортивна педагогіка, Навчальна ознайомча практика, Виробнича (педагогічна, тренерська, за профілем майбутньої роботи) практика, Анатомія людини з основами спортивної морфології, Фізіологія людини та рухової активності, Біомеханіка, Теорія і методика викладання спортивних єдиноборств.
Постреквізити	Теорія і методика фізичного виховання, біомеханіка, фізіологія людини та рухової активності, теорія і методика дитячо-юнацького спорту, загальна теорія підготовки спортсменів
Політика курсу	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 не допустимо порушення академічної доброчесності.
Оцінювання досягнень	При визначенні загальної оцінки враховуються результати поточного контролю з практичних занять, які відбулися в період, а також результати захисту індивідуальних завдань та самостійної роботи. Іспит/Залік за системою ЕКТС отримують здобувачі, які виконали всі види робіт і набрали не менше 55 зі 100 балів за результатами навчання. 55-100 балів - 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. 0-54 балів – «Не зараховано» - виставляється, якщо здобувач виявив серйозні прогалини в знаннях основного матеріалу, зробив принципові помилки, не зміг розв'язати типові задачі, провести розрахунки тощо.

Академічна доброчесність	Академічна доброчесність включає в себе сукупність духовних цінностей, таких як чесність, справедливість, довіра, повага і відповідальність, яких повинні дотримуватися усі учасники освітнього процесу. Дотримання академічної доброчесності здобувачами передбачає: - самостійне виконання навчальних завдань: поточного та підсумкового контролю результатів навчання; - посилення на джерела інформації у разі використання ідей, розробок, тверджень, відомостей; - дотримання норм законодавства про авторське право і суміжні права; - надання достовірної інформації про результати власної навчальної (наукової, творчої) діяльності, використані методики досліджень і джерела інформації. Порушенням академічної доброчесності учасниками науково-освітнього процесу вважається: академічний плагіат, академічне шахрайство, фальсифікація результатів досліджень, посилення у власних публікаціях, будь-яких інших даних, у тому числі статистичних, що стосуються освітнього процесу та наукових досліджень; надання завідомо неправдивої інформації стосовно власної освітньої (наукової) діяльності чи організації освітнього процесу; використання без відповідного дозволу зовнішніх джерел інформації під час оцінювання результатів навчання; хабарництво; конфлікт інтересів; подарунок.
Інформаційне забезпечення	Основна література: 1. Єрегіна С. В. Методичні вказівки к профорієнтації студентів фізкультурних вузів. — К.: Народна освіта, 2005 рік. - 24,28 с. 2. Єрегіна С. В., Тарасенко К. Н. Комплексна оцінка фізичної підготовленості дзюдоїстів . – К.: 2007 рік. – 116 с. 3. Рогач В.І., Войтович Я.В., Виноградов В.В., Наухатько О.К., Руденко М.М., Ребрина А.А. Комплект навчальних програм з фізичної культури «Самбо» для загальноосвітніх навчальних закладів: навч. програма /Київ: Букрек 2017 рік – 172 с. 4. Руденко М.М., Кошляк М.А., Дуброва С.В., Коломієць Г.А., Дерев'янка В.В. Методика викладання дзюдо в закладах загальної середньої освіти: методичний посібник /Київ–Чернівці 2020 рік– 13 с.,74–80 с. 5. Положення про порядок атестаційної діяльності з присвоєння кваліфікаційних ступенів КЮ і ДАН в дзюдо від 2004 року./Київ: ТОВ «Основа». 6. Паламарчук Ю.Г. Прояв якісних параметрів рухової діяльності у дзюдоїстів 18-20 років з різними соматотипами / Фізична культура , спорт та здоров'я нації: наук. праць. Випуск 11. Вінниця 2011 року. 5 Інформаційні ресурси 1. https://eprints.kname.edu.ua/13494/1/печ._вар._2009_Методика_боротьба_.pdf 2. https://ru-ru.facebook.com/UkraineJudoFederation/ 3. https://www.facebook.com/sambonfsu/ 4. http://sambo.net.ua/?code=1_2&id=4

Розробник:

Ст.викладач

кафедри ФВіС

 / Ю. С. Сорокін/

« » _____ 2025 р.

Розглянуто і схвалено

на засіданні кафедри ФВіС

Протокол № 17 від 06.05.2025 р.

В. о. зав. кафедри ФВіС

 / С. О. Черненко/

« » _____ 2025 р.

Гарант освітньої програми:

Доцент кафедри ФВіС,

к.н.ф.в.с.

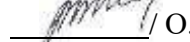
 / С. О. Черненко/

« » _____ 2025 р.

Затверджую:

Декан факультету інтегрованих

технологій і обладнання

 / О. Г. Гринь /

« » _____ 2025 р.