



Донбаська державна машинобудівна академія

Силабус навчальної дисципліни

«ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ ОБРАНОГО ВИДУ СПОРТУ»

на 2025 / 2026 навчальний рік

Галузь знань	А Освіта
Спеціальність	A7 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 – 5, 6а,6б семестр/ на базі ОКР «Молодший бакалавр» за іншою спеціальністю –5, 6а,6б семестр
Статус дисципліни	обов'язкова
Обсяг дисципліни	300 годин (10 кредитів ЕКТС);
Мова викладання	Українська
Оригінальність навчальної дисципліни	Авторський курс
Факультет	Інтегрованих технологій і обладнання
Кафедра	Фізичного виховання і спорту
Розробник	Черненко С. О. канд.наук з фіз. вих. і спорту доцент кафедри фізичного виховання і спорту
Викладач, який забезпечує проведення лекційних занять	Черненко С. О. канд.наук з фіз. вих. і спорту доцент кафедри фізичного виховання і спорту
Викладач, який забезпечує проведення практичних/ лабораторних занять	Черненко С. О. канд.наук з фіз. вих. і спорту доцент кафедри фізичного виховання і спорту
Локація та матеріально-технічне забезпечення	Аудиторія теоретичного навчання, проектор (або інше)
Лінк на дисципліну	http://moodle-new.dgma.donetsk.ua/course/view.php?id=1414

Кількість годин	Лекції	Практичні заняття	Курсова робота	Самостійна робота	Вид підсумкового контролю
300	66	66	30	138	Залік /Іспит

Що буде вивчатися (предмет навчання)	Предметом сучасної ТМВОБС 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
Чому це цікаво/потрібно вивчати (мета)	Мета дисципліни - є формування базових професійно-педагогічних знань, вмінь та навичок, які забезпечують теоретичну та практичну підготовку тренера з обраного виду спорту.
Чому можна навчитися (результати навчання)	<i>Програмні результати навчання (ПРН):</i> – здійснювати аналіз суспільних процесів у сфері фізичної культури і спорту, демонструвати власне бачення шляхів розв’язання існуючих проблем; – показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення; – засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег; – мати базові знання з проведення досліджень проблем фізичної культури і спорту, підготовки та оформлення наукової праці; – 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; – оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми кондиційного тренування, організовувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи; – аналізувати процеси становлення та розвитку різних напрямів спорту, олімпійського руху та олімпійської освіти на міжнародному та національному рівнях; – визначати функціональний стан організму людини та обґрунтовувати вибір засобів профілактики перенапруження систем організму осіб, які займаються фізичною культурою і спортом; – знати та розуміти сутність, принципи, методи, форми та організацію процесу навчання і виховання людини; – застосовувати набуті теоретичні знання для розв’язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.
Як можна користуватися набутими знаннями і вміннями (компетентності)	Програмні компетентності, які набуваються протягом курсу. <i>Загальні компетентності (ЗК):</i> – здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями; – здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і – примножувати досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій; – здатність працювати в команді; – здатність планувати та управляти часом; – навички використання інформаційних і комунікаційних технологій; – 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 зміцнювати здоров’я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя; – здатність до розуміння ретроспективи формування сфери фізичної культури і спорту; – 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 до безперервного професійного розвитку.
Навчальна логістика	Зміст дисципліни: Змістовний модуль 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ СУЧАСНОЇ СИСТЕМИ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ Тема 1. Фізична культура і спорт як суспільне явище Тема 2. Історія розвитку, методологія побудови, сучасний стан теорії підготовки спортсменів Тема 3. Система наукових знань в теорії спорту Тема 4. Закономірності та тенденції розвитку спортивних результатів Змістовний модуль 2. СИСТЕМА СПОРТИВНОГО ТРЕНУВАННЯ Тема 5. Основні положення сучасної системи спортивного тренування Тема 6. Управління тренувальною та змагальною діяльністю спортсмена Тема 7. Тренувальні та змагальні навантаження спортсменів Тема 8. Адаптація до тренувальних навантажень Тема 9. Вік і формування адаптації Тема 10. Технічна підготовка Тема 11. Тактична підготовка Тема 12. Фізична підготовка 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. Види занять: Лекційні, семінарські 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.
Пререквізити	Теорія і методика викладання обраного виду спорту вивчається одночасно з такими взаємопов'язаними між собою дисциплінами: Підвищення спортивної майстерності з обраного виду спорту, Теорія і методика викладання плавання, Загальна теорія підготовки спортсменів, Загальна спортивна психологія, блоку вибіркового курсів: Практикум (спортивна гімнастика, плавання, фітнесу), Теорія і методики викладання (гандбол, настільний теніс).

Постреквізити	Курс передбачає можливість використання отриманих знань у процесі вивчення навчальних дисциплін, такими як: Теорія і методика дитячо-юнацького спорту, Курсова робота, Олімпійський і професійний спорт, Виробнича (тренерська) практика, Виробнича практика за профілем майбутньої роботи, блоку вибіркових компонентів ОП: Теорія і методика викладання (бадмінтону, волейболу, тенісу).
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 та курсовою не допустимо порушення академічної доброчесності. Презентації та виступи мають бути авторськими оригінальними.
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 у відповідях, демонстрував здатність упоратися з виконанням завдань, передбачених програмою. 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, використанні 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. Волков Л. Ст. Теорія спортивного відбору: здібності, обдарованість, талант. - К.: Вежа, 1997. - 128 с. 2. Келлер Ст. 3. Теоретико-методичні засади підготовки спортсменів/В. 3. Келлер, Ст. М. Платонів. – Львів: Українська Спортивна Асоціація, 1992. – 269 с. 3. Оцінювання психо-фізіологічних станів у спорті / Георгій Коробейніков, Євген Приступа, Леся Коробейнікова, Юрій Бріскін. –

	Львів: ЛДУФК, 2013.– 311 с. 4.Платонов В. Н. Періодизація спортивного тренування. Загальна теорія та її практичне застосування. - К.: Олімп. літ., 2013. - 624 с. 5. Система підготовки спортсменів у олімпійському спорті. Загальна теорія та її практичні програми: підручник [для тренерів]: у 2кн. / В.Н. Платонів. - К.: Олімп. літ., 2015. - Кн. 1. - 2012. - 680 с. 6. Теорія й методика фізичного виховання: методичні вказівки до виконання індивідуальних навчально-дослідних завдань і курсових робіт для студентів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» / уклад.: С. О. Черненко, О. М. Олійник, Ю. О. Долинний. – Краматорськ : ДДМА, 2019. – 39. 7. Теорія і методика викладання обраного виду спорту : навчальний посібник : у 2 частинах / С. О. Черненко, Ю. О. Долинний, О. М. Олійник – Краматорськ–Тернопіль : ДДМА, 2023. – Частина 1. – 212 с. 8. Теорія і методика викладання обраного виду спорту : навчальний посібник : у 2 частинах /С. О. Черненко, Ю. О. Долинний, О. М. Олійник – Краматорськ-Тернопіль: ДДМА, 2024.– Частина 2. – 333 с.
--	---

Розробник:

Доцент

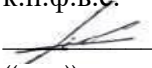
кафедри ФВіС

 / С. О. Черненко/
« » _____ 2025 р.

Гарант освітньої програми:

Доцент кафедри ФВіС,

к.н.ф.в.с.

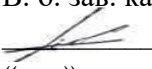
 / С. О. Черненко/
« » _____ 2025 р.

Розглянуто і схвалено

на засіданні кафедри ФВіС

Протокол № 17 від 06.05.2025 р.

В. о. зав. кафедри ФВіС

 / С. О. Черненко/
« » _____ 2025 р.

Затверджую:

Декан факультету інтегрованих
технологій і обладнання

 / О. Г. Гринь /
« » _____ 2025 р.

