

Міністерство освіти і науки  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка

ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор з науково-педагогічної роботи

В.В.Кобильник

*підпис*

“ \_\_\_\_\_ ” \_\_\_\_\_ 2016 року

## **ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ОБРАНОГО ВИДУ СПОРТУ**

### **НАВЧАЛЬНА ПРОГРАМА**

підготовки спеціаліста

з галузі знань 01 Освіта

спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура)

Шифр дисципліни за навчальним планом ПП-01

2016 рік

*Розроблено та внесено:* Кам'янець-Подільський національний університет  
імені Івана Огієнка

*Розробники програми:* В.В. Ліщук, доцент кафедри легкої атлетики з  
методикою викладання

Обговорено та схвалено на засіданні кафедри легкої атлетики з методикою  
викладання

30 серпня 2016 року, протокол № 1

Обговорено та схвалено науково-методичною радою факультету фізичної  
культури

31 серпня 2016 року, протокол № 1

Обговорено та схвалено вченою радою факультету фізичної культури

31 серпня 2016 року, протокол № 1

## ВСТУП

Програма вивчення навчальної дисципліни «Теорія і методика обраного виду спорту» складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки «спеціаліста» галузі знань 01 Освіта, спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура).

**Тип дисципліни:** дисципліна професійної та практичної підготовки, нормативна навчальна.

**Предметом** вивчення навчальної дисципліни «Теорія і методика обраного виду спорту» є структура та зміст системи підготовки спортсменів в обраному виді спорту (легка атлетика, гімнастика та силові види спорту).

**Міждисциплінарні зв'язки:** дисципліни медико-біологічного циклу, дисципліни гуманітарного циклу, дисциплін професійно-педагогічного циклу та ін.

Програма навчальної дисципліни складається з таких змістових модулів:

1. Вступ до основ теорії і методики спортивного тренування з обраного виду спорту.
2. Основи управління в системі підготовки спортсменів.

### 1. Мета та завдання навчальної дисципліни

1.1. Метою викладання навчальної дисципліни «Теорія і методика обраного виду спорту» є формування базових професійно-педагогічних знань, вмінь та навичок, які забезпечують теоретичну та практичну підготовку вчителя з обраного виду спорту (легка атлетика, гімнастика та силові види спорту).

1.2. Основними завданнями вивчення дисципліни є:

- формування професійного світогляду студентів,
- забезпечення оволодіння методикою підготовки спортсменів з обраного виду спорту (легка атлетика, гімнастика та силові види спорту),
- надання студентам умінь та навичок, визначених освітньо-кваліфікаційною характеристикою фахівця з фізичної культури та спорту.

1.3. Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти повинні:

**знати:**

- дидактичні закономірності у фізичному вихованні і спорту;
- методи і систему організації навчально-тренувального процесу з обраного виду спорту (легка атлетика, гімнастика, силові види спорту);
- методи і систему організації комплексну контролю у спортивній підготовці з ОВС;

**вміти:**

- формулювати конкретні завдання з підготовки спортсменів з ОВС;
- використовувати методи лікарсько-педагогічного контролю в процесі професійної діяльності з ОВС;

- планувати та проводити навчально-тренувальний процес зі спортсменами різної спортивної підготовки
- застосовувати у практичній діяльності отримані знання з дисципліни «Теорія і методика обраного виду спорту», використовувати сучасні засоби і методи спортивного тренування в ОВС.

На вивчення навчальної дисципліни відводиться 90 годин / 3 кредитів ECTS.

## **2. Інформаційний обсяг навчальної дисципліни**

### **Змістовий модуль 1. Вступ до основ теорії і методики спортивного тренування з обраного виду спорту.**

**Тема 1.** Предмет теорії та методики спорту та його структура.

**Тема 2.** Спорт як соціальне явище та характеристика змагань з обраного виду спорту

**Тема 3.** Засоби, методи спортивного тренування та техніко-тактична підготовка спортсменів з обраного виду спорту.

### **Змістовий модуль 2. Основи управління в системі підготовки спортсменів.**

**Тема 1.** Структура управління обраним видом спорту його програмно-нормативні і організаційні основи.

**Тема 2.** Багаторічна система підготовки спортсменів з обраного виду спорту.

**Тема 3.** Періодизація підготовки в макроциклів та мікроструктура процесу підготовки спортсменів з ОВС.

## **3. Рекомендована література**

1. Білоус В.І. Спортивно-педагогічне вдосконалення (спортивні ігри) I-II ч.: навч. пос. для студентів факультетів фіз. виховання педагог. університетів та інститутів / В.І.Білоус. – Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський державний педагогічний університет, інформаційно-видавничий відділ, 1998. – 236 с.
2. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: [учебник] / Л.П. Матвеев. – 4-е изд. – СПб.: Лань, 2005. – 384 с.
3. Олешко В.Г. Силові види спорту: [підруч. для студ. вузів фіз. виховання і спорту] / Олешко В.Г. – К.: Олімпійська література, 1999. – 288 с.
4. Платонов В.М. Фізична підготовка спортсмена / Платонов В.М., Булатова М.М. – К.: Олімпійська література, 1995. – 320 с.

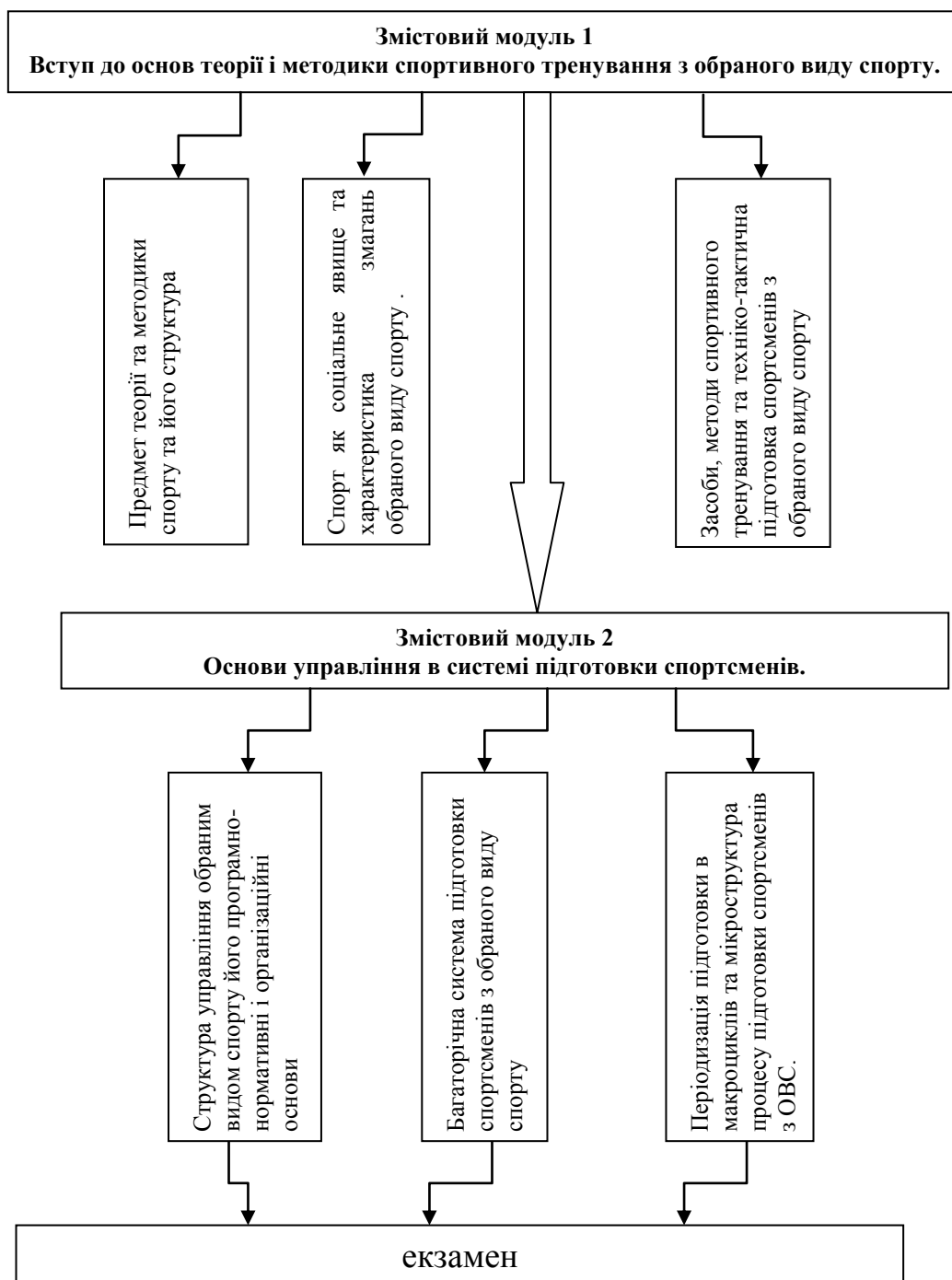
#### 4. Форма підсумкового контролю успішності навчання

Формою підсумкового контролю успішності навчання є іспит

#### 5. Засоби діагностики успішності навчання

Засобами діагностики успішності навчання з дисципліни є: завдання вхідного і поточного контролю, модульна контрольна робота, програма семестрового іспиту.

#### 6. Структурно-логічна схема дисципліни



Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка  
Кафедра легкої атлетики з методикою викладання

ЗАТВЕРДЖУЮ  
Завідувач кафедри  
\_\_\_\_\_ Л.Д.Гурман  
*підпис*  
“ \_\_\_\_\_ ” \_\_\_\_\_ 2016 року

***РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ***

**ПП 01 Теорія і методика обраного виду спорту**

підготовки спеціаліста

з галузі знань 01 Освіта

спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура)

2016-2017 рік

*Розробники програми:* В.В. Ліщук, доцент кафедри легкої атлетики з методикою викладання

Робочу програму ухвалено на засіданні кафедри легкої атлетики з методикою викладання

Протокол №1 від 30 серпня 2016 року

## 1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Загальна характеристика	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів 3	Рівень вищої освіти	Нормативна	
Змістових модулів 2	Ступінь вищої освіти	<b>Рік підготовки:</b>	
		1-й	1-й
Загальна кількість годин – 90	Ступінь вищої освіти	<b>Семестр</b>	
		2-й	1-й
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 1,87 самостійної роботи студента – 3,75	галузі знань 01 Освіта	12 год.	10 год.
		<b>Практичні, семінарські</b>	
	18 год.	2 год.	
	<b>Самостійна робота</b>		
	60 год.	78 год.	
	<b>Вид контролю:</b> екзамен	<b>Вид контролю:</b> залік	
	спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура)		

### Примітка:

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної і індивідуальної роботи становить:

для денної форми навчання – 1:2 (30:60)

для заочної форми навчання – 1:6 (12:78)