

Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана
Огієнка


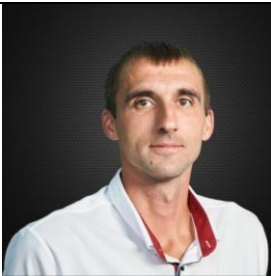
Факультет фізичної культури

Кафедра легкої атлетики з методикою викладання

Силабус навчальної дисципліни

«Основи теорії і методика спортивно-оздоровчого тренування»



	Галузь знань:	01 Освіта / Педагогіка	
	Спеціальність:	014 Середня освіта (Фізична культура)	
	Освітньо-професійна програма:	Середня освіта (Фізична культура)	
	Рівень вищої освіти:	Перший (бакалаврський)	
	Статус дисципліни:	вибіркова	
	Мова викладання:	українська	
Викладач:		ПІБ:	Гурман Леонід Дмитрович
		Посада:	Доцент
		Вчений ступінь:	Кандидат педагогічних наук
		Телефон:	067 9456411
		E-mail:	hurman.leonid@kpnu.edu.ua
		Робоче місце:	Аудиторія кафедри легкої атлетики з методикою викладання
		Профайл викладача:	https://la.kpnu.edu.ua/hurman-leonid-dmytrovych/
Викладач:		ПІБ:	Ладияк Андрій Богданович
		Посада:	Викладач
		Вчений ступінь:	
		Телефон:	
		E-mail:	ladyniak@kpnu.edu.ua
		Робоче місце:	Аудиторія кафедри легкої атлетики з методикою викладання
		Профайл викладача:	https://la.kpnu.edu.ua/vidomosti-pro-vykladachiv/ladyniak-andrij-bohdanovych/
Сторінка курсу в MOODLE	https://moodle.kpnu.edu.ua/course/view.php?id=7938		
Консультації	Згідно розкладу		
Анотація до курсу	Під час проходження курсу здобувач отримує знання про дидактичні закономірності у фізичному вихованні і спорту; анатоμο-фізіологічні основи фізичного виховання й спорту; методи і систему організації навчально-тренувального процесу з фізичного виховання й спорту; методи і систему організації комплексну контролю у фізичному вихованні та спортивній підготовці.		
Мета та цілі курсу	Мета вивчення навчальної дисципліни покликана сформувати у них цілісну систему теоретичних знань з системи підготовки спортсменів в Україні, вивчені основних аспектів спортивного тренування, організації та побудови спортивного тренування, оволодінні методики проведення спортивного тренування на прикладі обраного виду спорту.		
Формат курсу	Стандартний курс (очний, заочний), комбіноване навчання (наприклад,		

	очний курс з елементами дистанційного навчання в системі Moodle)
Результати навчання	<ul style="list-style-type: none"> - знає, як застосовувати на практиці основні вчення в галузі фізичної культури; - володіє актуальними технологіями педагогічного контролю і корекції, засобами і методами управління станом людини; - знає основні теоретичні положення в галузі фізичної культури; - знає правила профілактики травматизму та надання першої медичної допомоги; володіє основними методами захисту персоналу та населення від можливих наслідків аварій, катастроф, стихійних лих; - знає закономірності розвитку фізичних (рухових) якостей в різних видах рухової активності; - знає біологічні, соціальні, психологічні, духовні чинники, що обумовлюють значущість професії фахівця в галузі фізичного виховання та спорту; - володіє руховими уміньми і навичками в обраному виді спорту на рівні кваліфікованого спортсмена; - володіє руховими навичками в базових видах спорту на рівні масових розрядів; вдосконалює руховий арсенал шляхом формування рухових умінь і навичок в інших видах спорту; - здатний здійснювати організацію діяльності населення з використанням різних видів та форм рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя; - здатний вчитися упродовж життя і вдосконалювати з високим рівнем автономності набути під час навчання кваліфікацію; - здатний аналізувати соціально та особистісно значущі світоглядні проблеми, приймати рішення на основі сформованих ціннісних орієнтирів і гуманістичних ідеалів, розуміння концепції сталого розвитку людства.
Компетентності:	<p><i>Загальні компетентності:</i></p> <p>Здатність до самовдосконалення та саморозвитку. Здатність використовувати знання іноземної мови в освітній діяльності. Здатність освоювати та вдосконалювати рухові уміння і навички з різних видів рухової активності та підтримувати загальний рівень фізичної активності і здоров'я.</p> <p><i>Спеціальні (фахові, предметні) компетентності:</i></p> <p>Здатність застосовувати сучасні методи й освітні технології навчання у фізичному вихованні Здатність оволодівати базовими і новими видами фізкультурної діяльності.. Здатність вести документацію, що забезпечує процес навчання з фізичної культури в закладах середньої освіти. Здатність здійснювати профілактику травматизму, забезпечувати охорону життя і здоров'я дітей. Здатність самостійно проводити заняття в шкільній секції спортивного напрямку, здійснювати профілактику травматизму.</p>
Пререквізити	Теорія і методика фізичного виховання, фізіологія спорту, психологія фізичного виховання, біохімія спорту, педагогіка, психологія, практичні спортивні дисципліни.
Пореквізити	Теорія і методика викладання легкої атлетики, Теорія і методика викладання спортивних ігор, Теорія і методика викладання атлетизму, Аеробіка з методикою викладання.

Обсяг і ознаки курсу	Найменування показників	Характеристика навчального курсу	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Рік навчання/ рік викладання		2-й рік	3-4-й рік
Семестр вивчення		3	7 8
Кількість кредитів ЄКТС		5	5
Загальний обсяг годин		150	150
Кількість годин навчальних занять		60	18
Лекційні заняття		26	2 6
Практичні заняття		34	2 8
Семінарські заняття		-	-
Лабораторні заняття		-	-
Самостійна та індивідуальна робота		90	132
Форма підсумкового контролю		екзамен	- екзамен
Технічне й програмне забезпечення /обладнання	<p>Викладання навчальної дисципліни потребує: ноутбуку, як мінімум для викладача, мобільних пристроїв у здобувачів вищої освіти з підключенням до Інтернету, для комунікації у зовнішньому орієнтованому динамічному середовищі Moodle під час виконання визначених завдань (тестовий поточний контроль, самостійна робота, модульні контрольні роботи).</p>		
Політики курсу	<p><i>Академічна доброчесність.</i> Очікується, що відповіді здобувачів будуть їх оригінальними дослідженнями чи міркуваннями, передбачатимуть недопущення академічної недоброчесності (відсутність посилань на використані джерела, фабрикування джерел, списування, втручання в роботу інших здобувачів тощо). Виявлення ознак академічної недоброчесності в письмовій роботі здобувача є підставою для її незарахування викладачем, незалежно від обсягу плагіату чи обману.</p> <p>«Кодекс академічної доброчесності Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка» https://drive.google.com/file/d/1LIOReajanExMEEnG2DvgdaFNACYWU00UL/view</p> <p>«Положення про дотримання академічної доброчесності педагогічними, науково-педагогічними, науковими працівниками та здобувачами вищої освіти в Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка» https://drive.google.com/file/d/0B_EBvdN4dQSIMUozdmc2Ti0xY3MzMS1hbjlXLVVQSDZmNjU4/view?resourcekey=0-WAE6ceQZqhHelYoJoPZ3Kg</p> <p><i>Відвідування занять.</i> Відповідно до пункту 9.2 «Правил внутрішнього розпорядку К-ПНУ імені Івана Огієнка» https://drive.google.com/file/d/1kXGZVxEIcG0Cmy33EvqF2c2E7hGHUrT8/view</p> <p>здобувачі вищої освіти зобов'язані: дотримуватися вимог законодавства, Статуту Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка» https://drive.google.com/file/d/1mSgolphxhjS9dAP9pippTiBvdTLCVr5H/vi ew</p> <p>відвідувати усі види навчальних занять; вчасно інформувати деканат про неможливість відвідувати навчальні заняття, скласти і перескласти заліки тощо, останні – у зв'язку з поважними причинами; подати підтверджувальні документи, які засвідчують поважну причину, що унеможливила відвідування навчальних занять, складання (перескладання) заліків тощо; ліквідувати академічну заборгованість у встановлені терміни.</p>		

Визнання результатів неформальної та (або) інформальної освіти.
 У випадку, якщо здобувач освіти отримав знання у неформальній та інформальній освіті, зарахування результатів навчання здійснюється згідно Положення про визнання результатів навчання, отриманих у формальній, неформальній та/або інформальній освіті у Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка (Порядок визнання результатів навчання здобувачів вищої освіти, отриманих шляхом здобуття неформальної/інформальної освіти в Кам'янець-Подільському національному університеті імені Івана Огієнка), зокрема, якщо їх тематика відповідає змісту навчальної дисципліни (окремій темі або змістовому модулю).

В неформальній освіті:

- закінчення професійних курсів, семінарів або тренінгів, тематика яких відповідає змісту навчальної дисципліни (окремій темі або змістовому модулю);
- підготовка конкурсної наукової роботи;
- призове місце на Всеукраїнському конкурсі студентських наукових робіт;
- призове місце на Всеукраїнській студентській олімпіаді
- отримання сертифікату судді 1-ї, 2-ї або національної категорії у своєму виді спорту або суміжних видах.

В інформальній освіті:

- наявність наукової публікації;
- волонтерська діяльність;
- підготовка школярів-призерів інтелектуальних та творчих конкурсів з фізичної культури та спорту, дитячих змагань різного рівня;
- наявність особистих спортивних досягнень (переможці, призери Чемпіонатів Світу, Європи, України, діючий МСМК, МС, КМС, I розряд.

Схема курсу	Денна форма навчання							
	Назви змістових модулів і тем	Кількість годин						
		разом	у тому числі					
	лекційні заняття		практичні заняття	семінарські заняття	лабораторні заняття	самостійна робота	індивідуальна робота	
	Денна форма навчання							
	Змістовий модуль 1. Основні поняття та загальна характеристика системи підготовки спортсменів.							
Разом за змістовим модулем 1	150	26	34	0	0	90	0	
Заочна форма навчання								
Змістовий модуль 1. Основні поняття та загальна характеристика системи підготовки спортсменів.								
Разом за змістовим модулем 2	150	8	10	0	0	132	0	
Система оцінювання та вимоги	<p>Показати загальну систему оцінювання курсу (наприклад: участь в роботі впродовж семестру/екзамен - 60/40). Зазначити, як нараховуватимуться бали за кожен вид роботи студента (відповідно до робочої програми навчальної дисципліни).</p> <p>Окреслити умови допуску до підсумкового контролю (наприклад, обов'язкова присутність на лекційних заняттях, активність впродовж семестру, відвідування/відпрацювання усіх практичних занять, виконання інших видів робіт, передбачених навчальним планом з цієї дисципліни).</p> <p>Важливо мати чітко окреслені умови та критерії оцінювання робіт, а</p>							

	також зауважити можливість та алгоритм покращення оцінок.	
Критерії оцінювання екзамену	Критерієм успішного проходження здобувачем освіти підсумкового оцінювання може бути досягнення ним мінімальних порогових рівнів оцінок за кожним запланованим результатом вивчення навчальної дисципліни.	
Система оцінювання та вимоги	«Відмінно» (40-35 балів)	Здобувач вищої освіти виявляє глибокі фундаментальні теоретичні знання, повно викладає вивчений матеріал, виявляє розуміння предмета висловлювання, розуміє можливість різних тлумачень однієї і тієї ж проблеми, вміє оцінювати аргументи для її доведення, формулює своє бачення проблеми, виявляє розуміння матеріалу, може обґрунтовувати свої судження, застосовувати знання на практиці у нестандартних ситуаціях, наводити необхідні приклади, викладає матеріал логічно, послідовно, вживає мовні засоби відповідно до норм української літературної мови.
	«Добре» (34-29 балів)	Якщо відповідь здобувача відповідає тим самим вимогам, що і для оцінки „відмінно”, але при цьому студент допускає 1-2 помилки, які сам виправляє, і 1-2 недоліки в послідовності викладу матеріалу та мовному оформленні висловлювання. Здобувач вміє наводити власні приклади на підтвердження нових думок, може застосовувати вивчений матеріал у стандартних та дещо змінених ситуаціях.
	«Задовільно» (28-24 балів)	Здобувач виявляє знання і розуміння основних положень предмета, але викладає матеріал неповно і допускає неточності у визначенні понять; не вміє досить глибоко і доказово обґрунтовувати свої судження і наводити приклади; не в змозі захистити проект побудови системи роботи з певних тем дисципліни; викладає матеріал непослідовно і допускає помилки в мовному оформленні викладу.
	«Незадовільно» (23 і менше балів)	Здобувач виявляє незнання більшої частини вивченого матеріалу, не володіє методичним апаратом, допускає помилки у формулюванні понять, які спотворюють їх зміст, не вміє самостійно побудувати систему вивчення певних тем, хаотично і невпевнено викладає матеріал. Здобувач неспроможний виконати стандартні завдання навіть після навідних питань викладача.
Умови допуску до підсумкового контролю	Студент відвідав усі практичні заняття. Для допуску до заліку необхідно мати не менше 60 балів поточної успішності.	
Інформаційне забезпечення з фонду та депозитарію Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка	<ol style="list-style-type: none"> 1. Білоус В.І. Спортивно-педагогічне вдосконалення / В.І.Білоус. – Кам.-Под.: 1998. 2. Васильков Г.А. Гимнастика в пионерском лагере / Г.А.Васильков. – М.: ФиС. – 1997. 3. Волков Л.В. Теория спортивного отбора / Л.В.Волков. – К.: Вета, 1997. 4. Гурман Л.Д. Основи теорії і методики спортивного тренування / Л.Д. Гурман. – Кам'янець-Подільський.: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2010. – 368 с. 5. Гурман Л.Д. Основи теорії та методики спортивного тренування: методичні рекомендації для студентів-заочників факультету фізичної культури / Л.Д. Гурман, О.В. Ротар. – Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2013. – 34 с. 6. Келлер В.С. Теоретико-методические основы подготовки спортсменов / Келлер В.С., Поатов В.Н. – Львов, 1993. – 270 с. 7. Куц О.С. Фізкультурно-оздоровча робота з учнівською молоддю / О.С.Куц. – К.: Континент-Прим., 1995. –39 с. 8. Максименко Г.М. Спортивно-педагогічне вдосконалення / 	

	<p>Г.М.Максименко. – К.: Вища школа, 1992. – 293 с.</p> <p>9. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте / В.Н.Платонов. – К.: 1997.</p> <p>10. Платонов В.М. Фізична підготовка спортсмена / Платонов В.М., Булатова М.М. – К.: Олімпійська література, 1995.</p> <p>11. Солопчук М.С. Основні компоненти спортивного тренування: Структура підготовленості спортсменів: методичні рекомендації / М.С. Солопчук, Л.Д. Гурман – Кам'янець-Подільський державний педагогічний університет, інформаційно-видавничий відділ, 2003. – 27 с.</p> <p>12. Типове положення про ДЮСШ і СДЮШОП. – Київ, 1992.</p> <p>13. Шиян Б.М. Методика фізичного виховання школярів / Б.М.Шиян. – Львів. “Світ”, 1993.</p>
Локація	<p>Згідно з розкладом</p> <p>https://kpnu.edu.ua/rozklad-zaniat/</p>

Розробник силябуса



Леонід ГУРМАН



Андрій ЛАДИНЯК

Завідувач кафедри легкої атлетики з методикою викладання



Леонід ГУРМАН