



## Донбаська державна машинобудівна академія

### Силабус навчальної дисципліни «Загальна теорія підготовки спортсменів»

на 2024 / 2025 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 форма
Семестр, в якому викладається дисципліна	рік навчання: 2, 3 Семестр: 3, 4.
Статус дисципліни	обов'язкова
Обсяг дисципліни	120 годин (4,0 кредитів ЕКТС)
Мова викладання	українська
Оригінальність навчальної дисципліни	авторський курс
Факультет	Інтегрованих технологій і обладнання
Кафедра	фізичного виховання і спорту
Розробник	Приймак Анна Юріївна, кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри фізичного виховання і спорту.
Викладач, який забезпечує проведення лекційних занять	Приймак Анна Юріївна, кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри фізичного виховання і спорту
Викладач, який забезпечує проведення практичних/ лабораторних занять	Приймак Анна Юріївна, кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри фізичного виховання і спорту
Локація та матеріально-технічне забезпечення	Забезпечення: проектор, ноутбук.
Лінк на дисципліну	Посилання на розроблений електронний курс: <a href="http://moodle.dgma.donetsk.ua/course/view.php?id=1420">http://moodle.dgma.donetsk.ua/course/view.php?id=1420</a>

Кількість годин	Лекції	Практичні заняття	Лабораторні заняття	Самостійна робота	Вид підсумкового контролю
120	30	30	-	60	Іспит

#### Опис навчальної дисципліни.


<b>Предмет навчання</b>	Вивчення навчальної дисципліни є сучасні уявлення вітчизняних та закордонних спеціалістів про сучасну систему знань підготовки спортсменів, а також методи, закономірності і принципи спортивного тренування.
-------------------------	---


<b>Мета дисципліни</b>	Метою дисципліни «Загальна теорія підготовки спортсменів» є забезпечення ґрунтовного володіння майбутніми фахівцями у сфері фізичної культури і спорту і набуття необхідних знань, умінь та навичок стосовно технології підготовки спортсменів вищих досягнень, котрі базуються на сучасних досягненнях провідних вітчизняних і закордонних вчених та світової практики; формування у студентів фундаментальних знань стосовно сутності спорту як соціального явища та основ підготовки спортсменів.
<b>Чому можна навчитися (результати навчання)</b>	<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; - здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами; - здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організацій й проведення спортивних змагань; - 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.
<b>Як можна користуватися набутими знаннями і вміннями (компетентності)</b>	<i>Загальні компетентності:</i> - здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями; - здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності 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; - навички міжособистісної взаємодії; - здатність бути критичним і самокритичним; - здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях. <i>Спеціальні компетентності:</i> - здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості; - здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях; - здатність зміцнювати здоров'я людини завдяки використанню рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя; - 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.


<b>Навчальна логістика</b>	<p><i>Зміст дисципліни:</i> Програма навчальної дисципліни складається з таких змістових модулів:</p> <p>1. Загальні основи системи спортивного тренування (методи, закономірності, принципи та види спортивного тренування).</p> <p>2. Побудова тренувального процесу (мікро -, мезо -, макро-цикли в спортивному тренуванні, відбір та самостійна робота)..</p> <p>Завдання курсу:</p> <p>1. <i>Методичні:</i> викласти теоретичні та методологічні основи системи змагань в спорті та основи змагальної діяльності спортсменів.</p> <p>2. <i>Пізнавальні:</i> сформулювати поняття важливості цілеспрямованого вибору фактору та методики його застосування, що складає сутність сучасної підготовки спортсменів, а саме: морфологічні, фізіологічні, біохімічні, біомеханічні, загально- і спеціально-педагогічні аспекти, що складають загальнонауковий фундамент системи підготовки кваліфікованих спортсменів.</p> <p>3. <i>Практичні:</i> навчити застосовувати на практиці знання про методики фізичної, технічної, тактичної, психічної, теоретичної та інтегральної підготовки спортсменів; методиками контролю та моделювання в спорті; системою управління підготовкою спортсменів високої кваліфікації; системою відбору у збірні команди.</p> <p><b>Види занять:</b> лекційні/практичні.</p> <p>При вивченні навчальної дисципліни «Загальна теорія підготовки спортсменів» використовуються наступні <b>методи навчання:</b></p> <p><i>Словесні:</i> лекції, доповіді, повідомлення, дискусії, бесіди, дидактичне тестування;</p> <p><i>Наочні:</i> демонстрація з залученням мультимедійних проєкторів, презентації, відеоматеріалів.</p> <p><i>Практичні:</i> різні види вправлення, виконання графічних робіт, проведення експерименту;</p> <p><i>Репродуктивний</i> – в основу якого покладено виконання різного роду завдань за зразком;</p> <p><i>Метод проблемного викладу. Частково-пошуковий або евристичний. Дослідницький.</i></p>
<b>Пререквізити</b>	<p>Навчальна дисципліна Загальна теорія підготовки спортсменів вивчається одночасно з такими взаємопов'язаними між собою дисциплінами, як Теорія і методика викладання обраного виду спорту, Теорія і методика викладання спортивних ігор (футбол), Загальна і спортивна психологія, Теорія і методика викладання спортивних ігор (волейбол) та блоку вибіркового компонентів ОП: Практикум (спортивна акробатика, волейболу, футболу).</p>
<b>Постреквізити</b>	<p>Передбачає можливість використання отриманих знань у процесі вивчення освітніх компонентів, таких як: Теорія і методика викладання обраного виду спорту, Курсова робота, Теорія і методика дитячо-юнацького спорту, Виробнича (тренерська та за профілем майбутньої роботи) практика.</p>


<b>Політика курсу</b>	<p>Курс передбачає індивідуальну та групову роботу. Усі завдання, передбачені програмою, мають бути виконані у встановлений термін.</p> <p>Якщо здобувач відсутній з поважної причини, він/вона презентує виконані завдання під час консультації викладача.</p> <p>Під час роботи над індивідуальними завданнями та проектами не допустимо порушення академічної доброчесності.</p> <p>Презентації та виступи мають бути авторськими оригінальними.</p>
<b>Оцінювання досягнень</b>	<p>При оцінюванні знань студентів з навчальної дисципліни «Загальна теорія підготовки спортсменів» формується з двох складових з коефіцієнтом 0,5 кожна.</p> <p><i>Перша складова.</i> Оцінюється поточна успішність: дидактичне тестування або письмова самостійна робота проводиться протягом семестру проводиться 2 рази. Максимальна сума за тестування – 60 балів. Захист реферату – 25 балів, виступ з доповіддю або підготовка презентації – 15 балів.</p> <p>Під час завершення кожного заняття кожному присутньому здобувачу вищої освіти оголошується кількість отриманих ним балів. За кожне заняття студент може набрати до «4» бали – за відповідь на питання практичного заняття (тестування, письмова самостійна робота).</p> <p>Усна відповідь на питання практичного заняття оцінюється у «4» бали: 4 бали – студент повністю засвоїв теоретичний матеріал, логічно викладає його, робить висновки, висловлює гіпотези, дискутує; 3 бали – студент засвоїв теоретичний матеріал, вільно викладає його, наводить приклади, однак є незначні проблеми з усвідомленням системних зв'язків, не завжди дотримується логіки викладу, припускається незначних помилок чи неточностей; 2 бали – студент засвоїв матеріал на репродуктивному рівні (переказування), приймає активну участь у роботі, відтворює вивчене не завжди логічно, припускається помилок; 1 бал – студент, який невпевнено переказує матеріал, під час відповіді потребує допомоги, допускається помилок; 0 балів – студент, який не приймає участь в обговоренні питань на занятті або студент відсутній на занятті.</p> <p>Студент, який отримав за всі контрольні завдання не менше 55 балів, допускається до іспиту. Підсумковий контроль здійснюється за шкалою ECTS (див. табл. 3).</p> <p><i>Друга складова</i> – екзамен де студент набирає 100 балів. Оцінка за дисципліну «Загальна теорія підготовки спортсменів». Загальний бал за засвоєння дисципліни, що підлягає внесенню в заліково-екзаменаційну відомість, розраховується наступним чином:</p> $R = 0,5(P_y) + 0,5(E_P).$ <p>(<math>P_y</math>) – підсумковий бал, який включає тестову контрольну роботу, індивідуальне завдання (реферат) та виступ з доповіддю або підготовка презентації; (<math>E_P</math>) – підсумковий бал за екзаменаційну роботу.</p>
<b>Академічна доброчесність</b>	<p>Академічна доброчесність включає в себе сукупність духовних цінностей, таких як чесність, справедливість, довіра, повага і відповідальність, яких повинні дотримуватися усі учасники освітнього процесу.</p> <p>Дотримання академічної доброчесності здобувачами передбачає:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- самостійне виконання навчальних завдань: поточного та підсумкового контролю результатів навчання;</li> <li>- посилення на джерела інформації у разі використання ідей, розробок, тверджень, відомостей;</li> <li>- дотримання норм законодавства про авторське право і суміжні права;</li> </ul>

	<p>- надання достовірної інформації про результати власної навчальної (наукової, творчої) діяльності, використанні методики досліджень і джерела інформації.</p> <p>Порушенням академічної доброчесності учасниками науково-освітнього процесу вважається: академічний плагіат, академічне шахрайство, фальсифікація результатів досліджень, посилянь 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.</p>
<p><b>Інформаційне забезпечення</b></p>	<p style="text-align: center;"><i>Основна література:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Булатова М.М. Енциклопедія олімпійського спорту в запитаннях і відповідях / М.М. Булатова. – К.: Олімпійська література, 2008. – 400 с.</li> <li>2. Сергієнко Л. П. Спортивний відбір: теорія та практика у 2 кн. Книга 1. – Теоретичні основи відбору: Підручник / Л. П. Сергієнко. – Тернопіль: Навчальна книга. – Богдан, 2009. – 672 с.</li> <li>3. Сергієнко Л.П. Теорія та методика дитячого та юнацького спорту: підручник / Л.П. Сергієнко. – К.: Кондор-Видавництво, 2016. – 542 с.</li> <li>4. Шкреттій Ю. М. Управління тренувальними і змагальними навантаженнями спортсменів високого класу / Ю. М. Шкреттій. – К.: Олімпійська література, 2005. – 257 с. 33.</li> </ol> <p style="text-align: center;"><i>Допоміжна:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Круцевич, Т. Ю. Теорія та методика фізичного виховання: в 2 т. / Т. Ю. Круцевич. – К.: Олімпійська література, 2003. Т. 1. – 424 с.</li> <li>2. Латуніна А.М. Біомеханіка спорту:К- Олімпійська література</li> <li>3. Ровний А.С. Формування системи сенсорного контролю точних рухів спортсменів – Дис. ...доктора наук фізичного виховання і спорту</li> <li>4. Сергієнко Л.П. Тестування рухових здібностей школярів-К.: Олімпійська література, 2001-440с.</li> </ol> <p style="text-align: center;"><i>Інформаційні ресурси</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <a href="http://moodle-new.dgma.donetsk.ua/">http://moodle-new.dgma.donetsk.ua/</a></li> </ol>

Розробник:  
старший викладач  
кафедри ФВіС  
 / А. Ю. Приймак/  
«    » \_\_\_\_\_ 2024 р.

Гарант освітньої програми:  
Доцент кафедри ФВіС,  
к.н.ф.в.с.  
 / С. О. Черненко/  
«    » \_\_\_\_\_ 2024 р.

Розглянуто і схвалено  
на засіданні кафедри ФВіС  
Протокол № 21 від 30.08.2024 р.  
В. о. зав. кафедри ФВіС  
 / С. О. Черненко/  
«    » \_\_\_\_\_ 2024 р.

Затверджую:  
Декан факультету інтегрованих  
технологій і обладнання  
 / О. Г. Гринь /  
«    » \_\_\_\_\_ 2024 р.