



Силабус навчальної дисципліни
«Теорія та методика спортивного тренування»

Спеціальність	017 «Фізична культура і спорт»
Освітня програма	Фізична культура і спорт
Освітній рівень	другий (магістерський)
Статус дисципліни	обов'язкова
Мова викладання	Українська
Курс / семестр	1 курс, 2 семестр
Кількість кредитів ЄКТС	5
Розподіл за видами занять та годинами навчання	Лекції - 26 год.
	Практичні - 32 год.
	Самостійна робота - 92 год.
Форма підсумкового контролю	Екзамен
Кафедра	Фізичної культури та спорту, Каб. 144, корпус Ц, https://nupp.edu.ua/page/kafedra-fizichnoi-kulturi-ta-sportu.html
Викладач (-і)	Цінов'яз Анатолій Тимофійович, к.пед.н., доцент; Йона Тетяна Володимирівна, ст. викладач
Контактна інформація викладача (-ів)	e-mail: anatolyitsipvyaz@gmail.com e-mail: yopatanya@gmail.com
Дні занять	За розкладом, відповідно до графіку навчального процесу
Консультації	аудиторія 143 Ц відповідно до графіку
Мета навчальної дисципліни – формувати фундаментальні теоретико-методичні знання про основи системи підготовки спортсменів різної спортивної кваліфікації.	
Передумови для навчання є навчальні дисципліни є знання студентів з таких дисциплін, як: «Теорія і методика фізичного виховання», «Загальна теорія підготовки спортсменів».	
Зміст навчальної дисципліни Вступ. Тема 1. Формування загальної теорії і підготовки спортсменів. Тема 2. Навантаження в спорті та їх вплив на організм спортсменів. Тема 3. Мета, завдання, засоби, методи й основні принципи спортивної підготовки. Тема 4. Основи спортивного тренування. Тема 5. Змагальна діяльність у системі підготовки спортсменів. Тема 6. Фізична підготовленість спортсменів. Тема 7. Спортивно-технічна підготовка спортсменів. Тема 8. Спортивно-тактична підготовка спортсменів. Тема 9. Психологічна підготовленість і психологічна підготовка спортсменів. Тема 10. Основи управління в системі підготовки спортсменів. Тема 11. Контроль у спортивному тренуванні. Тема 12. Побудова програм тренувальних занять. Тема 13. Засоби відновлення та стимуляції працездатності спортсменів в системі підготовки спортсменів.	
Сторінка курсу на платформі Moodle	Розміщено: робоча програма дисципліни, матеріали лекцій, завдання до практичних занять, завдання для самостійної роботи студентів. https://dist.nupp.edu.ua/course/view.php?id=3023&notifieditingon=1
Рекомендовані джерела. 1. Костюкевич В.М. «Теорія і методика спортивної підготовки у запитаннях і відповідях»: Навчально-методичний посібник / В.М. Костюкевич. – Вінниця: Планер, 2016. – 159 с. 2. Костюкевич В.М. Теоретико-методичні основи контролю у фізичному вихованні та спорті : монографія / В.М. Костюкевич, Є.П. Врублевський, Т.В. Вознюк та ін.; за ред. В.М. Костюкевича. – Вінниця: «Планер», 2017. – 191 с.	



3. Методичні вказівки до практичних занять із навчальної дисципліни «Теорія та методика спортивного тренування» для студентів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» денної форми навчання освітнього ступеня магістр / укладач Ціпов'яз А.Т., Йопа Т.В. – Полтава : Національний університет імені Юрія Кондратюка, 2021. – 97 с.

Система оцінювання результатів навчання:

За результатами поточного контролю протягом семестру студент може отримати максимально 50 балів, за результатами підсумкового контролю (екзамену) 50 балів; мінімальна сума балів, що дозволяє студенту бути атестованим з дисципліни - 60 балів. Більш детальна інформація щодо оцінювання наведена в робочій навчальній програмі дисципліни.

Накопичування балів з навчальної дисципліни

Види навчальної роботи	Максимальна кількість балів
Робота на лекції	5
Виконання завдань на практичному занятті	20
Індивідуальні завдання (реферати, есе, доповіді)	25
Екзамен	50
Максимальна кількість балів	100

Відповідність шкали оцінювання ЄКТС національній системі оцінювання та шкалі оцінювання Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ЄКТС	Оцінка за національною шкалою
90 - 100	A	відмінно
82 - 89	B	добре
74 - 81	C	
64 - 73	D	
60 - 63	E	задовільно
35 - 59	FX	
1 - 34	F	незадовільно

Політики навчальної дисципліни:

Вивчення навчальної дисципліни потребує роботи з інформаційними джерелами, підготовки до лекцій і практичних занять, виконання усіх завдань згідно з навчальним планом.

Підготовка до практичних занять передбачає: ознайомлення з питаннями, які виносяться на заняття з відповідної теми; вивчення лекційного матеріалу. Рішення практичних завдань повинно демонструвати ознаки самостійності виконання здобувачем такої роботи, відсутність ознак повторюваності та плагіату.

Присутність здобувачів вищої освіти на практичних і лекційних заняттях є обов'язковою, важливою також є їх участь в обговоренні всіх питань теми. Пропущені заняття мають бути відпрацьовані. Здобувач вищої освіти повинен дотримуватися навчальної етики, поважно ставитися до учасників процесу навчання, дотримуватися дисципліни й часових (строкових) параметрів навчального процесу.

Більш детальну інформацію щодо компетентностей, результатів навчання, методів навчання, форм оцінювання, самостійної роботи наведено у Робочій програмі навчальної дисципліни (<https://dist.nupp.edu.ua/course/view.php?id=3023¬ifyeditingon=1>)



Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»