

ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ЗАТВЕРДЖУЮ

Декан

гуманітарно-педагогічного факультету

Л.Л. Станіславова

„ 3 ” вересня 2019 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

«ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА З ОБРАНОГО ВИДУ СПОРТУ (за видами спорту)»

Спортивне спрямування: ігрові та зимові види спорту, спортивний туризм та орієнтування

Галузь знань 01 Освіта/Педагогіка

Спеціальність – 017 Фізична культура і спорт, денної форми навчання

Рівень вищої освіти – Перший (бакалаврський)

Освітньо-професійна програма – Фізична культура і спорт

Обсяг дисципліни – 9 кредитів ЄКТС, Шифр дисципліни – ОПП.12.

Мова навчання – українська

Статус дисципліни: обов'язкова (цикл професійної підготовки)

Факультет – Гуманітарно-педагогічний

Кафедра – теорії і методики фізичного виховання і спорту

Форма навчання	Курс	Семестр	Загальне навантаження		Кількість годин						Вид семестрового контролю		
			Європейські кредити	Години	Аудиторні заняття				Індивідуальна робота студента	Самостійна робота, в т.ч. ІРС	Курсовий проект	Залік	Іспит
					Всього	Лекції	Лабораторні роботи	Практичні заняття					
ДФН	3	5	2	60	34	17	-	17	-	26		-	
ДФН	3	6	3	90	36	18	-	18	-	54		+	
ДФН	4	7	2	60	34	17	-	17	-	26	+	-	
ДФН	4	8	2	60	26	13	-	13	-	34		+	
Разом ДФН			9	300	130	65		65		140			

Робоча програма складена на основі освітньо-професійної програми та стандарту вищої освіти зі спеціальності «Фізична культура і спорт» першого бакалаврського рівня
Програму складено _____ к.п.н., доцент Ребрина А.А.

Схвалено на засіданні кафедри теорії і методики фізичного виховання і спорту Протокол № 1 від 30 серпня 2019 р.

Зав. кафедрою теорії і методики фізичного виховання і спорту _____ Солтик О.О.

Робоча програма схвалена вченою радою гуманітарно-педагогічного факультету

Голова вченої ради _____ Станіславова Л.Л.

Хмельницький 2019

2. ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Дисципліна «Теорія і методика з обраного виду спорту (за видами спорту)» є однією із фахових дисциплін і займає провідне місце у підготовці фахівців освітнього рівня «бакалавр» за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт, денної форми навчання» за освітньо-професійною програмою «Фізична культура і спорт».

Пререквізити – «Гімнастика з методикою викладання»; «Теорія і методика фізичного виховання»; «Вступ до спеціальності»; «Легка атлетика з методикою викладання»; «Спортивні ігри та методика їх викладання»; «Сучасні інформаційні та комунікаційні технології у фізичній культурі і спорті»; «Долікарська медична допомога у невідкладних станах»; «Адаптивний спорт»; «Олімпійський та професійний спорт»; «Психологія фізичного виховання і спорту»; «Професійна майстерність (за професійним спрямуванням)»; «Біомеханіка»; «Спортивні споруди і обладнання»; «Практика за профілем майбутньої професії».

Кореквізити – «Курсова робота з теорії і методики з обраного виду спорту»; «Практика за профілем майбутньої професії»; «Атестаційний екзаме́н».

Відповідно до Стандарту вищої освіти із зазначеної спеціальності та освітньої програми дисципліна має забезпечити:

програ́мні компетентності: здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях; здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях; здатність визначати заходи з фізкультурно-спортивної реабілітації та форми адаптивного спорту для осіб, що їх потребують; здатність аналізувати прояви психіки людини під час занять фізичною культурою і спортом; здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар; здатність до безперервного професійного розвитку.

програ́мні результати навчання: спілкуватися українською та іноземною мовами у професійному середовищі, володіти фаховою термінологією та професійним дискурсом, дотримуватися етики ділового спілкування; 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; 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; застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.

Метою дисципліни : вивчення навчально-практичного матеріалу, необхідного для підготовки фахівців у сфері фізичної культури і спорту, ознайомлення студентів з основами побудови та методиці проведення програм з обраних видів спорту; прищеплення професійно-педагогічних навичок і умінь у сфері оздоровчої фізичної культури і спорту.

Предмет дисципліни. Предметом вивчення дисципліни є історія, теорія та методика викладання спортивних ігор та зимових видів спорту, туризму та спортивного орієнтування. Оволодіння технікою і тактикою спортивних ігор, зимових видів спорту, туризму та спортивного орієнтування.

Завдання дисципліни: - Визначати цілі і завдання навчального та тренувального процесів, оцінювати фізичний і функціональний стан індивіда, його придатність до занять тим чи іншим видом фізкультурно-спортивної діяльності. Підбирати адекватні поставленим завданням засоби і методи тренування. Оцінювати ефективність використовуваних засобів і методів у навчальному та тренувальному процесі. За допомогою систем тестів здійснювати поточний і етапний контроль за станом загальної і спеціальної працездатності, займатися і вносити корективи в тренувальний процес. Навчати та корегувати руховим діям.

Результати навчання. Студент, який успішно завершив вивчення дисципліни, має: досконало володіти професійною термінологією та основними поняттями з обраних видів

спорту. Використовувати у своїй діяльності професійну лексику. Використовувати у професійній діяльності актуальні прийоми навчання і виховання, різноманітні форми занять з урахуванням вікових, морфофункціональних і психологічних особливостей тих, хто займаються, рівня їх фізичної і спортивної підготовленості. Підбирати засоби і методи, адекватні поставленим завданням. Використовувати технічні засоби та інвентар для підвищення ефективності фізкультурно-спортивних занять.

Структура залікових кредитів дисципліни

Назва теми	Кількість годин		
	Денна форма		
	лекції	практичні заняття	СРС
(ігрові види спорту, бадмінтон)			
П'ятий семестр			
Тема 1. Вступ у навчальну дисципліну „ТІМОВС”.	2	2	6
Тема 2. Техніка гри у бадмінтон.	3	3	4
Тема 3. Поняття про тактику, систему гри, значення тактичної підготовки.	3	3	4
Тема 4. Методика навчання техніці гри.	3	3	4
Тема 5. Методика навчання тактичним діям.	3	3	4
Тема 6. Сучасні методи та засоби тренування.	3	3	4
Разом за 5 семестр:			
	17	17	26
(ігрові види спорту, регбі 15)			
Шостий семестр			
Тема 1. Історія і сучасний стан розвитку регбі 15.	4	4	10
Тема 2. Основи технічної підготовки гравців у регбі 15.	4	4	12
Тема 3. Основи тактичної підготовки гравців у регбі 15.	4	4	12
Тема 4. Правила гри. Особливості роботи суддів у регбі 15.	4	4	12
Тема 5. Засоби регбі 15 у професійно-прикладній фізичній культурі.	2	2	8
Разом за 6 семестр:			
	18	18	54
(спортивний туризм та спортивне орієнтування)			
Сьомий семестр			
Тема 1. Туризм як явище громадського життя.	2	2	2
Тема 2. Основи топографічної підготовки та спортивного орієнтування.	4	4	4
Тема 3. Загальне спорядження. Туристичні намети.	2	-	4
Тема 4. Особисте спорядження.	2	-	4
Тема 5. Спеціальне спорядження та вузли для спортивного туризму.	4	8	8
Тема 6. Різновиди туристичних переправ та способи їх наведення.	4	8	8
Тема 7. Подолання природних перешкод та змагання зі спортивного туризму.	4	4	8
Тема 8. Організація та проведення туристичних походів.	6	4	6
Тема 9. Особливості організації та проведення походів із різних видів туризму.	4	3	8
Тема 10. Педагогічні та психологічні аспекти туризму.	3	2	4
Разом за 7 семестр			
	17	17	56
(зимові види спорту)			
Восьмий семестр			
Тема 1. Загальна характеристика олімпійських видів лижного спорту.	2	2	2
Тема 2. Причини виникнення і заходи для попередження травматизму.	2	2	2
Тема 3. Початкові етапи навчання способів пересування на лижах.	2	2	2
Тема 4. Навчання ковзанярських лижних ходів.	2	2	2
Тема 5. Обґрунтування оздоровчої ефективності занять лижним спортом. Використання лижної підготовки в оздоровленні різних груп населення.	2	2	2
Тема 6. Загальні основи багаторічного тренування лижників-гонщиків	1	1	8
Тема 7. Екіпіровка лижника-гонщика.	1	1	8
Тема 8. Організація і проведення змагань з лижних перегонів.	1	1	8
Разом за 8 семестр			
	13	13	34

ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Зміст лекційного курсу

№	Перелік тем лекцій, їх анотацій	Кількість годин
	<i>П'ятий семестр (ІГРОВІ ВИДИ СПОРТУ, БАДМІНТОН)</i>	
1.	Тема 1. Вступ у навчальну дисципліну „ТМОВС”. Мета, завдання, зміст навчальної дисципліни „ТМОВС”. Історія виникнення і розвитку бадмінтону. Коротка характеристика гри. Правила гри. Техніка безпеки під час занять. Література: [3, 4, 22, 23]	3
2.	Тема 2. Техніка гри у бадмінтон. Поняття про техніку гри. Класифікація техніки гри. Техніка виконання і методика навчання технічних прийомів. Література: [4, 12, 18,19]	3
3.	Тема 3. Поняття про тактику, систему гри, значення тактичної підготовки. Поняття тактики, класифікація, методика навчання. Групові тактичні дії у нападі і захисті. Тактичні системи. Література: [4, 12, 18,19]	3
4.	Тема 4. Методика навчання техніці гри. Технічна підготовка основа підвищення спортивної майстерності. Засоби і методи, які використовуються при вдосконаленні техніки. Прості і комплексні вправи. Методика проведення занять з використанням допоміжного обладнання. Література: [4, 5, 8.,12, 18,19]	3
5.	Тема 5. Методика навчання тактичним діям. Поняття про тактику гри. Еволюція тактичних схем гри. Послідовність і методика навчання тактичним діям гри у захисті і нападі. Література: [4, 12, 18,19]	3
6.	Тема 6. Сучасні методи та засоби тренування. Метод, як компонент підготовки в сучасному бадмінтоні. Сучасні методи тренування: метод поступового навантаження, повторний метод, ігровий метод, метод завдань, змагальний метод, метод рухових навантажень, ізометричний метод, коловий метод. Література: [4, 6, 8, 1 (д.л.)]	2
Разом за 5 семестр		17
Шостий семестр (ІГРОВІ ВИДИ СПОРТУ, РЕГБІ 15)		
1.	Тема 1. Історія і сучасний стан розвитку регбі 15. Історія зародження та етапи розвитку регбі у світі. Досягнення українських спортсменів у XX столітті. Стан і перспективи розвитку регбі. Етапи розвитку регбі в Україні. Виступи українських спортсменів на сучасній міжнародній арені. Література: [14-16,20]	4
2.	Тема 2. Основи технічної підготовки гравців у регбі 15. Основи технічної підготовки гравців. Сучасні вимоги до технічної майстерності гравців у регбі. Система підбору методів навчання та удосконалення техніки нападу, захисту, індивідуальних групових і командних технічних дій гравців у регбі. Література: [14-16,20]	4
3.	Тема 3. Основи тактичної підготовки гравців у регбі 15. Основи тактичної підготовки гравців. Сучасні вимоги до тактичної майстерності гравців у регбі. Система підбору методів навчання та удосконалення тактики нападу, захисту, індивідуальних групових і командних тактичних дій гравців у регбі. Література: [14-16,20]	4
4.	Тема 4. Правила гри. Особливості роботи суддів у регбі 15. Особливості роботи суддів. Основні правила гри у регбі. Робота бригади суддів. Жестикуляція. Майданчик для гри у регбі, м'яч, спортивна форма. Особливості організації та проведення змагань з регбі. Література: [14-16,20]	4
5.	Тема 5. Засоби регбі 15 у професійно-прикладній фізичній культурі. Вплив засобів регбі на розвиток професійно важливих фізичних якостей фахівців здоров'я людини. Література: [14-16,20]	2
Разом за 6 семестр		18
Сьомий семестр (СПОРТИВНИЙ ТУРИЗМ ТА СПОРТИВНЕ ОРІЄНТУВАННЯ)		
1.	<i>Туризм як явище громадського життя</i> Види та форми туризму. Основні форми туристичної роботи. [1,2,4]	2

2.	<i>Основи топографічної підготовки і спортивного орієнтування</i> Загальні положення орієнтування на місцевості. Рух за азимутом. Карта та рух по місцевості. Спортивне орієнтування і карта. Умовні знаки спортивних карт. Організація і проведення змагань зі спортивного орієнтування. [2,5]	4
3.	<i>Загальне спорядження. Туристичні намети</i> Характеристика загального спорядження. Характеристика туристичних наметів та їх різновиди. Підбір намету для різних видів походів. [4,8]	2
4.	<i>Особисте спорядження</i> Характеристика особистого спорядження. Принцип підбору особистого спорядження в залежності від виду походу. [5,8]	2
5.	<i>Спеціальне спорядження та вузли для спортивного туризму</i> Характеристика спеціального спорядження. Туристичні вузли. Техніка в'язання туристичних вузлів та їх призначення. [2,3,5]	4
6.	<i>Різновиди туристичних переправ та способи їх наведення</i> Навісна переправа. Крутопохила переправа. Підйом та спуск спортивним способом. Переправа по паралельних мотузках. Техніка наведення туристичних переправ в залежності від кількості чоловік в команді. [2,6]	4
7.	<i>Подолання природних перешкод та змагання зі спортивного туризму</i> Водні переправи. Техніка подолання водних перешкод. Переправи вблід. Переправи над водою. Переправи по воді. Подолання гірських перешкод. Змагання зі спортивного туризму. Загальні положення щодо проведення змагань зі спортивного туризму. Спеціальні завдання туристичних змагань. Організація безпеки учасників на дистанції. Суддівство та визначення результатів. [6,8]	4
8.	<i>Організація та проведення туристичних походів</i> Комплектування туристичної групи. Самоврядування туристичної групи. Основні обов'язки кожної посади протягом туристично-краєзнавчого циклу. Поняття краєзнавчих посад. Робота на чергових посадах. Планування маршруту походу. Кошторис походу. Вихід групи на маршрут. Групове та індивідуальне спорядження для походів різної категорії складності. Тактика, техніка та орієнтування на маршруті. Туристичний бівак. Організація харчування туристів в поході. Медичне забезпечення туристів в поході, комплектування медичної аптечки. Гігієна туриста. Безпека в туристичних походах. [8,7]	6
9.	<i>Особливості організації та проведення походів із різних видів туризму</i> Особливості проведення велосипедних подорожей. Водний туризм та особливості його організації. Вимоги до організації гірських походів. Організація страхівки та самострахівки під час подолання природних перешкод. [3,5,8]	4
10.	<i>Педагогічні та психологічні аспекти туризму</i> Функції та принципи туристично-краєзнавчої діяльності. Планування туристично-краєзнавчої діяльності. Підготовка юних туристів. Запобігання конфліктів учасників туристично-краєзнавчої діяльності. [2,5]	3
	<i>Разом за 7 семестр</i>	17
<i>Восьмий семестр (ЗИМОВІ ВИДИ СПОРТУ)</i>		
1.	Тема 1. Загальна характеристика олімпійських видів лижного спорту.	2
2.	Тема 2. Причини виникнення і заходи для попередження травматизму.	2
3.	Тема 3. Початкові етапи навчання способів пересування на лижах.	2
4.	Тема 4. Навчання ковзанярських лижних ходів.	2
5.	Тема 5. Обґрунтування оздоровчої ефективності занять лижним спортом. Використання лижної підготовки в оздоровленні різних груп населення.	2
6.	Тема 6. Загальні основи багаторічного тренування лижників-гонщиків	1

7	Тема 7. Екіпіровка лижника-гонщика.	1
8	Тема 8. Організація і проведення змагань з лижних перегонів.	1
	<i>Разом за 8 семестр</i>	13

**Перелік практичних занять для студентів денної форми навчання
5-8 семестр**

№	Тема практичного заняття	Кількість Годин
	<i>П'ятий семестр (ІГРОВІ ВИДИ СПОРТУ, БАДМІНТОН)</i>	
1.	Мета, завдання, зміст навчальної дисципліни „ТМВОВС”. Історія виникнення і розвитку бадмінтону. Коротка характеристика гри. Правила гри. Техніка безпеки під час занять. Література: [3, 4, 22, 23]	3
2.	Аналіз техніки виконання і методики навчання подачі. Вдосконалення техніки ударів по волану. Навчальна гра. Література: [4, 12, 18,19]	3
3.	Навчання індивідуальним тактичним діям гравця в нападі та захисті:, відволікання суперника. Навчальна гра. Література: [4, 12, 18,19]	3
4.	Техніка виконання і методика навчання виконання подачі. Вдосконалення виконання технічних прийомів. Техніка виконання і методика навчання обманним рухам. Вдосконалення виконання технічних прийомів. Навчальна гра. Література: [4, 5, 8.,12, 18,19]	3
5.	Методика навчання індивідуальним тактичним діям гравця в нападі: індивідуальні дії з воланом; раціональне застосування ударів, ведення, обманних рухів і їх поєднання. Навчальна гра. Література: [4, 12, 18,19]	3
6.	Метод поступового навантаження, повторний метод, ігровий метод, метод завдань змагальний метод, метод рухових навантажень, ізометричний метод, коловий метод. Навчальна гра. Література: [4, 6, 8, 1 (д.л.)]	2
	<i>Разом за 5 семестр</i>	17
	<i>Шостий семестр (ІГРОВІ ВИДИ СПОРТУ, РЕГБІ 15)</i>	
	Історичні аспекти розвитку гри у світі. Досягнення українських спортсменів. Стан і перспективи розвитку регбі 15 та інших різновидів гри. Етапи розвитку регбі 15 в Україні. Виступи українських спортсменів на сучасній міжнародній арені. Характеристика інших сучасних різновидів регбі. Література: [14-16, 20]	4
	Навчання стійки, переміщень регбіста. Розвиток швидкісно-силових якостей, швидкісно-силової витривалості, гнучкості, спеціальної спритності, сили та точності різновидів ударів по м'ячу. Навчання різновидів передач і ловлі м'яча, різновидів фінтів, штрафних ударів, різновидів однокористувачів. Навчання специфічних технічних дій у регбі: «мол», «рак», «коридор» та ін. Удосконалення вивчених прийомів. Рухлива гра. Правила гри. Література: [14-16, 20]	4
	Удосконалення вивчених прийомів. Навчання індивідуальним, груповим і командним тактичним елементам ведення гри у нападі і захисті. Навчання ігрової взаємодії усіх ігрових амплуа у регбі 15. Розвиток швидкості переміщень, спритності. Правила гри у регбі 15. Навчальні одно- та двосторонні ігри. Моделювання змагальної діяльності. Література: [14-16, 20]	4
	Еволюція правил гри у регбі за його різновидами (історичні зміни у розмірах майданчика для гри у регбі, розміри і вага м'яча, форма гравців, час гри та ін). Педагогічне спостереження за грою із подальшим аналізом техніко-тактичних дій гравців у регбі 15. Література: [14-16, 20]	4

	Вивчення і удосконалення засобів регбі 15, які впливають на розвиток професійно важливих якостей фахівця. Література: [14-16, 20]	2
	<i>Разом за 6 семестр</i>	18
Сьомий семестр (СПОРТИВНИЙ ТУРИЗМ ТА СПОРТИВНЕ ОРІЄНТУВАННЯ)		
1.	<i>Туризм як явище громадського життя</i> Види та форми туризму. Основні форми туристичної роботи. [1,2,4]	2
2.	<i>Основи топографічної підготовки і спортивного орієнтування</i> Загальні положення орієнтування на місцевості. Рух за азимутом. Карта та рух по місцевості. Спортивне орієнтування і карта. Умовні знаки спортивних карт. Організація і проведення змагань зі спортивного орієнтування. [2,5]	4
3.	<i>Загальне спорядження. Туристичні намети</i> Характеристика загального спорядження. Характеристика туристичних наметів та їх різновиди. Підбір намету для різних видів походів. [4,8]	-
4.	<i>Особисте спорядження</i> Характеристика особистого спорядження. Принцип підбору особистого спорядження в залежності від виду походу. [5,8]	-
5.	<i>Спеціальне спорядження та вузли для спортивного туризму</i> Характеристика спеціального спорядження. Туристичні вузли. Техніка в'язання туристичних вузлів та їх призначення. [2,3,5]	8
6.	<i>Різновиди туристичних переправ та способи їх наведення</i> Навісна переправа. Крутопохила переправа. Підйом та спуск спортивним способом. Переправа по паралельних мотузках. Техніка наведення туристичних переправ в залежності від кількості чоловік в команді. [2,6]	8
7.	<i>Подолання природних перешкод та змагання зі спортивного туризму</i> Водні переправи. Техніка подолання водних перешкод. Переправи вброд. Переправи над водою. Переправи по воді. Подолання гірських перешкод. Змагання зі спортивного туризму. Загальні положення щодо проведення змагань зі спортивного туризму. Спеціальні завдання туристичних змагань. Організація безпеки учасників на дистанції. Суддівство та визначення результатів. [6,8]	4
8.	<i>Організація та проведення туристичних походів</i> Комплектування туристичної групи. Самоврядування туристичної групи. Основні обов'язки кожної посади протягом туристично-краєзнавчого циклу. Поняття краєзнавчих посад. Робота на чергових посадах. Планування маршруту походу. Кошторис походу. Вихід групи на маршрут. Групове та індивідуальне спорядження для походів різної категорії складності. Тактика, техніка та орієнтування на маршруті. Туристичний бівак. Організація харчування туристів в поході. Медичне забезпечення туристів в поході, комплектування медичної аптечки. Гігієна туриста. Безпека в туристичних походах. [8,7]	4
9.	<i>Особливості організації та проведення походів із різних видів туризму</i> Особливості проведення велосипедних подорожей. Водний туризм та особливості його організації. Вимоги до організації гірських походів. Організація страховки та самостраховки під час подолання природних перешкод. [3,5,8]	3
10.	<i>Педагогічні та психологічні аспекти туризму</i> Функції та принципи туристично-краєзнавчої діяльності. Планування туристично-краєзнавчої діяльності. Підготовка юних туристів. Запобігання конфліктів учасників туристично-краєзнавчої діяльності. [2,5]	2
	<i>Разом за 7 семестр</i>	17
Восьмий семестр (ЗИМОВІ ВИДИ СПОРТУ)		
1.	Загальна характеристика олімпійських видів лижного спорту.	2
2.	Причини виникнення і заходи для попередження травматизму.	2
3.	Початкові етапи навчання способів пересування на лижах.	2

4.	Навчання ковзанярських лижних ходів.	2
5.	Обґрунтування оздоровчої ефективності занять лижним спортом. Використання лижної підготовки в оздоровленні різних груп населення.	2
6.	Загальні основи багаторічного тренування лижників-гонщиків	1
7.	Екіпіровка лижника-гонщика.	1
8.	Організація і проведення змагань з лижних перегонів.	1
	<i>Разом за 8 семестр</i>	13

**Зміст самостійної роботи для студентів денної форми навчання
5 - 8 семестр**

Номер теми	Вид самостійної роботи	Кількість годин
<i>П'ятий семестр (ІГРОВІ ВИДИ СПОРТУ, БАДМІНТОН)</i>		
1.	Опрацювання лекційного матеріалу теми 1, підготовка до практичного заняття № 1. Аналіз розвитку гри у бадмінтон на Україні і в світі за матеріали періодичних видань. Література: [3, 4, 22, 23]	6
2.	Опрацювання лекційного матеріалу теми 2, підготовка до практичного заняття № 2. Правила гри у бадмінтон. Література: [4, 12, 18,19]	4
3.	Опрацювання лекційного матеріалу теми 3, підготовка до практичного заняття № 3 Класифікація тактичних дій. Література: [4, 12, 18,19]	4
4.	Опрацювання лекційного матеріалу теми 4, підготовка до практичного заняття № 4 Особливості процесу навчання техніці гри в бадмінтоні. Література: [4, 5, 8.,12, 18,19]	4
5.	Опрацювання лекційного матеріалу теми 5, підготовка до практичного заняття № 5 Методика навчання тактичним діям. Література: [4, 12, 18,19]	4
6.	Опрацювання лекційного матеріалу теми 6, підготовка до практичного заняття № 6 Сучасні методи та засоби тренування у бадмінтоні. Література: [4, 6, 8, 1 (д.л.)]	4
	<i>Разом за 5 семестр</i>	26
<i>Шостий семестр (ІГРОВІ ВИДИ СПОРТУ, РЕГБІ 15)</i>		
	Опрацювання лекційного матеріалу №1, відповідних літературних джерел, підготовка до здачі першої контрольної роботи [14-16,20]	10
	Опрацювання лекційного матеріалу №2, відповідних літературних джерел, підготовка до здачі першого контрольної роботи [14-16,20]	12
	Опрацювання лекційного матеріалу №3, відповідних літературних джерел. Здача першої контрольної роботи. [14-16,20]	12
	Опрацювання лекційного матеріалу №4, відповідних літературних джерел, підготовка до здачі другої контрольної роботи [14-16,20]	12
	Опрацювання лекційного матеріалу №5, відповідних літературних джерел, підготовка до здачі другої контрольної роботи та підсумкової контрольної роботи [14-16,20]	8

		<i>Разом за 6 семестр</i>	<i>54</i>
Сьомий семестр (СПОРТИВНИЙ ТУРИЗМ ТА СПОРТИВНЕ ОРІЄНТУВАННЯ)			
1.	Опрацювання лекційного матеріалу теми №1.		9
2.	Опрацювання лекційного матеріалу теми №2.		9
3.	Опрацювання лекційного матеріалу теми №3		9
4.	Опрацювання лекційного матеріалу теми №4.		9
5.	Туристичні вузли: основні та спеціальні. Техніка в'язання вузлів.		10
	Опрацювання лекційного матеріалу теми №8		
	Опрацювання лекційного матеріалу теми №9		
	Опрацювання лекційного матеріалу теми №10 Підготовка до здачі заліку.		
6.	Тема 12.		10
		<i>Разом за 7 семестр</i>	<i>56</i>
Восьмий семестр (ЗИМОВІ ВИДИ СПОРТУ)			
1.	Опрацювання лекційного матеріалу теми 1, підготовка до практичного заняття № 1		2
2.	Опрацювання лекційного матеріалу теми 2, підготовка до практичного заняття № 2		2
3.	Опрацювання лекційного матеріалу теми 3, підготовка до практичного заняття № 3		2
4.	Опрацювання лекційного матеріалу теми 4, підготовка до практичного заняття № 4		2
5.	Опрацювання лекційного матеріалу теми 5, підготовка до практичного заняття № 5		2
6.	Опрацювання лекційного матеріалу теми 6, підготовка до практичного заняття № 6		8
7.	Опрацювання лекційного матеріалу теми 7, підготовка до практичного заняття № 7		8
8.	Опрацювання лекційного матеріалу теми 8, підготовка до практичного заняття № 8		8
		<i>Разом за 8 семестр</i>	<i>34</i>

4. Технології та методи навчання

Процес навчання з дисципліни ґрунтується на використанні традиційних та сучасних технологій навчання, зокрема: словесні (лекції з використанням проблемного навчання, розповідь, бесіда, пояснення); наочні (ілюстрування навчального матеріалу, показ слайдів, відеоматеріалів) практичні заняття (з використанням методів вправи, тренувальні, творчі, змагальні); самостійна робота (з літературними джерелами, використання систем MOODLE).

Навчальна робота проводиться у формі лекцій, практичних занять та самостійної роботи. На лекціях подається основний програмний матеріал, який становить основу підготовки майбутнього спеціаліста. Даються головні відомості та рекомендації щодо виконання практичних завдань.

На практичних заняттях поглиблюються знання з основних питань, висвітлених на лекціях, і перевіряються знання студентів, отриманих на лекціях та в процесі самостійної роботи студента.

Самостійна робота студентів складається: закріплення пройденого матеріалу, з опрацювання рекомендованої літератури, виконання додаткових завдань.

5. Методи контролю.

Оцінювання академічних досягнень студента здійснюється відповідно до «Положення про контроль і оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти у ХНУ». Кожний вид роботи з дисципліни оцінюється за інституційною чотирибальною шкалою. Методи контролю і оцінювання навчальних досягнень усне опитування, письмове опитування, самоконтроль.

Форми оцінювання: тестування рівня спеціальної та загальної підготовленості, складання положення про змагання; ведення протоколів змагань складання туристичних маршрутів, виконання домашніх завдань

Семестрова підсумкова оцінка визначається як середньозважена з усіх видів навчальної роботи, виконаних і зданих позитивно з урахуванням коефіцієнта вагомості.

Оцінка, яка виставляється за виконання практичної роботи, складається з таких елементів: усне опитування студентів; знання теоретичного матеріалу з теми; своєчасне виконання індивідуальної роботи. Засвоєння студентом теоретичного матеріалу з дисципліни оцінюється поточними оцінками.

Оцінювання знань студентів здійснюється за такими критеріями:

Оцінка за інституційною шкалою	Узагальнений критерій
Відмінно	Студент глибоко і у повному обсязі опанував зміст навчального матеріалу, легко в ньому орієнтується і вміло використовує понятійний апарат; уміє пов'язувати теорію з практикою, вирішувати практичні завдання, впевнено висловлювати і обґрунтовувати свої судження. Відмінна оцінка передбачає, логічний виклад відповіді державною мовою (в усній або у письмовій формі), демонструє якісне оформлення роботи і володіння спеціальними інструментами. Студент не вагається при видозміні запитання, вміє робити детальні та узагальнюючі висновки. При відповіді допустив дві–три несуттєві похибки.
Добре	Студент виявив повне засвоєння навчального матеріалу, володіє понятійним апаратом і фаховою термінологією, орієнтується у вивченому матеріалі; свідомо використовує теоретичні знання для вирішення практичних задач; виклад відповіді грамотний, але у змісті і формі відповіді можуть мати місце окремі неточності, нечіткі формулювання закономірностей тощо. Відповідь студента будується на основі самостійного мислення. Студент у відповіді допустив дві–три несуттєві помилки.
Задовільно	Студент виявив знання основного програмного матеріалу в обсязі, необхідному для подальшого навчання та практичної діяльності за професією, справляється з виконанням практичних завдань, передбачених програмою. Як правило, відповідь

	студента будується на рівні репродуктивного мислення, студент має слабкі знання структури курсу, допускає неточності і суттєві помилки у відповіді, вагається при відповіді на видозмінене запитання. Разом з тим, набув навичок, необхідних для виконання нескладних практичних завдань, які відповідають мінімальним критеріям оцінювання і володіє знаннями, що дозволяють йому під керівництвом викладача усунути неточності у відповіді.
Незадовільно	Студент виявив розрізнені, безсистемні знання, не вміє виділяти головне і другорядне, допускається помилок у визначенні понять, перекручує їх зміст, хаотично і невпевнено викладає матеріал, не може використовувати знання при вирішенні практичних завдань. Як правило, оцінка "незадовільно" виставляється студенту, який не може продовжити навчання без додаткової роботи з вивчення дисципліни.

Поточний контроль здійснюється під час проведення аудиторних занять. Форми проведення поточного контролю під час навчальних занять проходять у вигляді контрольної роботи (КР), поточного контролю (ПК) та індивідуальної роботи (РФ, ОПВ). Під час контролю визначається рівень засвоєння теоретичного матеріалу дисципліни. Окрім того студенти отримують одну оцінку з виконання індивідуальних завдань. Оцінку відмінно за практичну роботу студенти отримують за виконанні усі передбачені навчальною програмою навчальні завдання.

Підсумковий контроль проводиться з метою оцінювання стану оволодіння теоретичними знаннями та практичними навичками з дисципліни «Теорія і методика з обраного виду спорту (за видами спорту)», і проходить у вигляді заліку та іспиту. Під час семестрового контролю враховуються результати здачі усіх видів робіт згідно із структурою залікових кредитів.

Оцінювання результатів навчання студентів денної форми за ваговими коефіцієнтами

Аудиторна робота						Контрольні заходи	Самостійна, індивідуальна робота	Семестровий контроль, іспит
П'ятий семестр (ІГРОВІ ВИДИ СПОРТУ, БАДМІНТОН)								
Практичні						Поточний контроль ПК1, ПК2	Реферат РФ	За рейтингом
1	2	3	4	5	6			
0,4						0,4	0,2	0

Шостий семестр (ІГРОВІ ВИДИ СПОРТУ, РЕГБІ 15)

Аудиторна робота – лекції, практичні заняття та контрольні заходи						
ОПВ1	ОПВ2	ОПВ3	ОПВ 4	КР1	КР2	ПКР
0,1	0,1	0,1	0,1	0,2	0,2	0,2

№	Нормативи		бали			
			5	4	3	2
ОПВ 1	Удари ногою по м'ячу з рук на влучність з відстані 15 м в квадрат 6х6 м (виконується 10 спроб).	Ч Ж	8 разів	7 разів	6 разів	3рази
ОПВ 2	Передача регбійного м'яча на дальність, м	Ч Ж	20 16	16 13	13 10	10 7
ОПВ	Біг 50 м з регбійним м'ячем,	Ч	7,0	7,4	7,7	8,0

3	сек.	Ж	8,0	8,3	8,6	8,9
ОПВ	Удар ногою по регбійному м'ячу на дальність, м	Ч	40	36	33	28
4		Ж	30	27	24	20

Сьомий семестр (СПОРТИВНИЙ ТУРИЗМ ТА СПОРТИВНЕ ОРІЄНТУВАННЯ)

Восьмий семестр (зимові види спорту)										
Аудиторна робота					Контрольні заходи		Самостійна, індивідуальна робота		Семестровий контроль, іспит	
Практичні					Поточний контроль ПК1, ПК2, ПК3		Курсова робота		1	
2	4	6	8	10						
0,3					0,3		0		0,4	

Підсумкова семестрова оцінка за інституційною шкалою і шкалою ЄКТС встановлюється в автоматизованому режимі після внесення викладачем усіх оцінок до електронного журналу. Співвідношення інституційної шкали оцінювання і шкали оцінювання ЄКТС наведені у таблиці.

Співвідношення інституційної шкали оцінювання і шкали оцінювання ЄКТС

Оцінка ЄКТС	Інституційна інтервальна шкала балів	Інституційна оцінка, критерії оцінювання		
A	4,75–5,00	5	<i>Відмінно</i> – глибоке і повне опанування навчального матеріалу і виявлення відповідних умінь та навичок	
B	4,25–4,74	4	Зараховано	
C	3,75–4,24	4		<i>Добре</i> – повне знання навчального матеріалу з кількома незначними помилками
D	3,25–3,74	3		<i>Добре</i> – в загальному правильна відповідь з двома-трьома суттєвими помилками
E	3,00–3,24	3		<i>Задовільно</i> – неповне опанування програмного матеріалу, але достатнє для практичної діяльності за професією
FX	2,00–2,99	2	Незараховано	
F	0,00–1,99	2		<i>Достатньо</i> – неповне опанування програмного матеріалу, що задовольняє мінімальні критерії оцінювання
				<i>Незадовільно</i> – безсистемність одержаних знань і неможливість продовжити навчання без додаткових знань з дисципліни
				<i>Незадовільно</i> – необхідна серйозна подальша робота і повторне вивчення дисципліни

Тема рефератів (ігрові види спорту, бадмінтон)

1. Аналіз розвитку гри в Україні і в світі за матеріали періодичних видань.

2. Правила гри.
3. Еволюція тактичних систем гри.
4. Класифікація тактичних дій.
5. Методика навчання тактичним діям.
6. Скласти комплекси вправ для навчання груповим тактичним діям.
7. Особливості процесу навчання у бадмінтоні.
8. Планування контроль і облік в спортивному тренуванні.
9. Особливості навчально-тренувального процесу.
10. Особливості психологічної підготовки до змагань.
11. Організація відновлюючі заходів в командах.
12. Сучасні методи та засоби тренування.
13. Навчальна документація для самостійного проведення занять з бадмінтону в різних вікових групах.
14. Комплекси вправ для розвитку рухових якостей гравця.
15. План-конспектів занять для різних вікових груп.

Перелік питань для підсумкового контролю (ігрові види спорту, бадмінтон)

1. Аналіз розвитку гри в світі за матеріали періодичних видань.
2. Правила гри.
3. Еволюція тактичних систем.
4. Класифікація тактичних дій.
5. Методика навчання тактичним діям.
6. Скласти комплекси вправ для навчання груповим тактичним діям.
7. Особливості процесу навчання.
8. Планування контроль і облік в спортивному тренуванні.
9. Особливості навчально-тренувального процесу.
10. Особливості психологічної підготовки до змагань.
11. Організація відновлюючі заходів в командах.
12. Сучасні методи та засоби тренування.
13. Скласти навчальну документацію для самостійного проведення занять в різних вікових групах.
14. Скласти комплекси вправ для розвитку рухових якостей.
15. Складання план-конспектів занять для різних вікових груп.
16. Аналіз техніки виконання і методики навчання удару по волану.
17. Вдосконалення техніки подачі з різних зон.
18. Аналіз техніки виконання і методики навчання удару по волану в стрибку.
19. Вдосконалення техніки раніше вивчених ударів у стрибку.
20. Вдосконалення техніки, аналіз техніки виконання і методики навчання удару по волану.
21. Вдосконалення техніки раніше вивчених ударів і подач.
22. Вдосконалення раніше вивчених прийомів техніки гри.
23. Аналіз техніки виконання і методики навчання подачі.
24. Аналіз техніки гри (подача, прийом, контрудар) і методики навчання воротаря.
25. Ознайомлення з індивідуальною тактикою гри у нападі гравця без волана і з воланом.
26. Ознайомлення з індивідуальною тактикою гри гравця у захисті проти гравця в нападі (відбір ініціативи, протидія ударам,).
27. Ознайомлення з тактичними діями у захисті і нападі суперника.
28. Ознайомлення з індивідуальною тактикою гри у нападі гравця.
29. Вдосконалення техніки виконання ударів і прийомів волана.
30. Навчальна гра за спрощеними правилами.
31. Вдосконалення техніки прийому подачі в сполученні з іншими прийомами техніки. Навчальна гра.
32. Вдосконалення техніки виконання обманних рухів.
33. Вдосконалення техніки виконання подачі в сполученні з іншими прийомами техніки.
34. Вдосконалення в техніці гри.
35. Вдосконалення подачі.
36. Методика навчання індивідуальним тактичним діям гравців без волана в захисті в змішаному розряді.
37. Методика навчання індивідуальним тактичним діям в захисті проти гравця з воланом в парному

розряді.

38. Методика навчання індивідуальним тактичним діям гравця без волана в нападі в парному розряді.
39. Методика навчання індивідуальним тактичним діям гравця.
40. Методика навчання тактичним діям гравця в нападі.
41. Методика навчання командним тактичним діям в захисті і нападі в парному розряді.
42. Вдосконалення виконання технічних прийомів.
43. Техніка виконання і методика навчання обманним рухам.
44. Техніка виконання і методика навчання перехоплення ініціативи.
45. Методика навчання, вдосконалення індивідуальних тактичних дій у захисті.
46. Методика розвитку сили і розвитку витривалості.
47. Методика розвитку сили і швидкісно-силових якостей.
48. Методика розвитку спритності, гнучкості, координаційних якостей.
49. Методика навчання індивідуальним тактичним діям гравця в нападі.
50. Методика навчання індивідуальним тактичним діям гравця.

Питання для контрольної роботи №1 (ігрові види спорту, регбі 15)

1. Охарактеризувати історичні етапи розвитку регбі 15.
2. Дати змістовну характеристику різновидам регбі 15.
3. Висвітлити досягнення українських регбістів на міжнародній арені.
4. Регбі як олімпійський вид спорту. Проаналізувати етапи розвитку регбі на Олімпіадах.
5. Дати загальну характеристику технічних дій у регбі 15.
6. Назвати основні види ударів у регбі 15.
7. Проаналізувати техніку виконання фінтів у регбі 15.
8. Висвітлити значення силової боротьби. Охарактеризувати структуру індивідуальної силової боротьби, як одного з технічних прийомів захисту.
9. Сформулювати визначення поняття “захват”.

Питання для контрольної роботи №2 (ігрові види спорту, регбі 15)

1. Дати визначення поняття «тактика» в регбі 15.
2. Охарактеризувати види тактичних дій у захисті.
3. Назвати основну мету гри в регбі 15.
4. Назвати різновиди ігрових амплуа у регбі 15 і розкрити особливості їх розподілу.
5. Дати визначення поняття «сутичка».
6. Визначити особливості технічної дії «рак».
7. Визначити специфічні особливості «молу».
8. Дати характеристику стандартному положенню «коридор».
9. Перерахувати основні порушення правил гри у регбі 15.
10. Характеристика структури проведення чемпіонатів України з регбі 15.
11. Аналіз змісту змагальної діяльності кваліфікованих регбістів.
12. Характеристика компонентів групової техніки за рівнем значимості у ігровій діяльності.

Питання для підсумкової контрольної роботи (ігрові види спорту, регбі 15)

1. Охарактеризувати історичні етапи розвитку регбі 15.
2. Дати змістовну характеристику різновидам регбі 15.
3. Висвітлити досягнення українських регбістів на міжнародній арені.
4. Регбі як олімпійський вид спорту. Проаналізувати етапи розвитку регбі на Олімпіадах.
5. Дати загальну характеристику технічних дій у регбі 15.
6. Назвати основні види ударів у регбі 15.
7. Проаналізувати техніку виконання фінтів у регбі 15.
8. Висвітлити значення силової боротьби. Охарактеризувати структуру індивідуальної силової боротьби, як одного з технічних прийомів захисту.
9. Сформулювати визначення поняття “захват”.
10. Дати визначення поняття «тактика» в регбі 15.
11. Охарактеризувати види тактичних дій у захисті.
12. Назвати основну мету гри в регбі 15.
13. Назвати різновиди ігрових амплуа у регбі 15 і розкрити особливості їх розподілу.
14. Дати визначення поняття «сутичка».

15. Визначити особливості технічної дії «рак».
16. Визначити специфічні особливості «молу».
17. Дати характеристику стандартному положенню «коридор».
18. Перерахувати основні порушення правил гри у регбі 15.
19. Характеристика структури проведення чемпіонатів України з регбі 15.
20. Аналіз змісту змагальної діяльності кваліфікованих регбістів.
21. Характеристика компонентів групової техніки за рівнем значимості у ігровій діяльності.

ОСНОВНА ЛІТЕРАТУРА (ІГРОВІ ВИДИ СПОРТУ, БАДМІНТОН)

1. Ассоциация бадминтона Англии : методическое пособие по начальному обучению бадминтону. – Лондон, 1982. – 146 с.
2. Девис Пэт. Тренер по бадминтону : учебник для тренеров, преподавателей, игроков / П. Девис. – W. B. Saunders Company, 1984. – 187 с.
3. Дутчак М.В. Класифікація професій у сфері фізичної культури і спорту України: стан та перспективи / М.В. Дутчак // Спортивна наука України, 2010. – № 2. – С. 25-41.
4. Індик П. М. Бадмінтон : навчально-методичний посібник / П. М. Індик, А. Є. Сірик. – Суми : Сумський державний університет, 2017. – 111 с.
5. Камаєва О. К. Теоретико-методичні основи підготовки бадмінтоніста в умовах вузу / О. К. Камаєва. – Харків : ХНАМГ, 2011. – 68 с.
6. Каратник І. В. Теорія і методика спортивних ігор / І. В. Каратник. – Львів, 2013. – 18 с.
7. Кривопальцев В. Я. Бадмінтон для всіх / В. Я. Кривопальцев. – Київ, 1985. – 391 с.
8. Круцевич Т. Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків та молоді : навч. посіб. / Т. Ю. Круцевич, М. І. Воробійов, Г. В. Безверхня. – Київ : Олімп. л-ра, 2011. – 224 с.
9. Лифшиц В. Я. Бадминтон : учеб. пособ. / В. Я. Лифшиц, А. В. Галицкий. – 2-е изд., перераб., доп. – Москва : Физкультура и спорт, 1984. – 176 с.
10. Марков О. Бадминтон : учеб. пособ. / О. Марков. – 3-е изд. перераб. и доп. – Москва : Физкультура и спорт, 1966. – 144 с.
11. Мачнев В. М. Бадминтон в системе физического воспитания студенческой молодежи : метод. указ. / В. М. Мачнев. – Оренбург : ОГУ, 2003. – 27 с.
12. Помыткин В. П. Книга тренера по бадминтону. Теория и практика / В. П. Помыткин. – Ульяновск ; Москва : ОАО «Первая Образцовая типография», филиал «УЛЬЯНОВСКИЙ ДОМ ПЕЧАТИ», 2012. – 344 с.
13. Рыбаков Д. П. Основы спортивного бадминтона / Д. П. Рыбаков, М. И. Штильман. – 2-е изд., доп. – Москва : Физкультура и спорт, 1982. – 176 с.
14. Скрипко А. В. В игре стремительный волан / А. В. Скрипко, В. С. Шульман. – Минск : Полымя, 1990. – 144 с.
15. Смирнов Ю. Н. Бадминтон : учебник для вузов / Ю. Н. Смирнов. – 2-е изд., с измен. и доп. – Москва : Советский спорт, 2011. – 248 с. 110
16. Турманидзе В. Г. Бадминтон на этапе начальной подготовки в вузах : учеб. пособие / В. Г. Турманидзе. – Омск : Изд-во Ом. гос. ун-та, 2008. – 72 с.
17. Щербаков А. В. Игра в бадминтон : учеб.-метод. издание / А. В. Щербаков, Н. И. Щербакова. – Москва : Гражданский альянс, 2009. – 121 с.

Інформаційні ресурси (ігрові види спорту, бадмінтон)

18. Бадмінтон Європи [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://www.badmintoneurope.com/>.
19. Бадмінтон в уроках [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://www.badminton.net.ua/>.
20. Електронні книги для студентів [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://www.ifvs.npu.edu.ua/>.
21. Присяжнюк С. І. Фізичне виховання [Електронний ресурс] С. І. Присяжнюк. – Режим доступу : http://ebooktime.net/book_202.html/.
22. Сайт Міжнародної федерації бадмінтону [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://bwfbadminton.org/>.

23. Сайт Федерації бадмінтону України [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://fbubadminton.org.ua/>.

ДОДАТКОВА ЛІТЕРАТУРА (ІГРОВІ ВИДИ СПОРТУ, БАДМІНТОН)

1. Булатова М.М. Сучасні фізкультурно-оздоровчі технології у фізичному вихованні /М.М. Булатова, Ю.О. Усачов // Теорія і методика фізичного виховання; за ред. Т.Ю. Круцевич. - К.: Олімпійська література, 2008. - Т. 2. - С. 320-354.
2. Булатова М. М. Фізична підготовка спортсмена : навч. посіб. / М. М. Булатова, В. М. Платонов. – Київ : Олімпійська література, 1995. – 320 с.
3. Волков В. Л. Основи теорії та методики фізичної підготовки студентської молоді : навч. посіб. / В. Л. Волков. – Київ Освіта України, 2008. – 256 с.
4. Кузнєцова О. Т. Оздоровче тренування студентів : навч. посіб. / О. Т. Кузнєцова. – Київ : Вид-во Європейського ун-ту, 2010. – 310 с.
5. Лозова К. О. Організаційні основи формування здорового способу життя студентів : навчально-методичний посібник / К. О. Лозова, О. В. Бріжатий. – Суми : СумДУ, 2013. – 76 с. 109
6. Лозова О. А. Програма попередження травматизму на уроках фізичної культури : навчально-методичний посібник / О. А. Лозова, О. В. Бріжатий. – Суми : СумДУ, 2013. – 96 с.
7. Пилипей Л. П. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів : монографія / Л. П. Пилипей. – Суми : ДВНЗ «УАБС НБУ», 2009. – 312 с.
8. Сергієнко В. М. Система контролю рухових здібностей студентської молоді: теорія і методологія фізичного виховання : монографія / В. М. Сергієнко. – Суми : Сумський державний університет, 2015. – 392 с.

МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ (ІГРОВІ ВИДИ СПОРТУ, РЕГБІ 15)

Навчальний процес з дисципліни «Теорія і методика з обраного виду спорту (за видами спорту)» повністю забезпечений необхідною навчально-методичною літературою. Зокрема, викладачами кафедри підготовлено навчальний посібник (рекомендований МОН України для студентів вищих навчальних закладів:

1. Базильчук О. В., Ребрина А. А., Столітенко Є. В., Ференчук Б. М., Квасниця О. М., Гнатчук Я. І. Спортивні ігри : навч. посібник / О.В. Базильчук, А.А. Ребрина, Є.В. Столітенко, Б. М. Ференчук, О. М. Квасниця, Я. І. Гнатчук – Хмельницький: ХНУ, 2015. – 471 с.

Основна література (ігрові види спорту, регбі 15)

1. Аверьянов В. Регбі на колінях : гра для 5-11-х кл. / Владимир Аверьянов // Спорт в школе. - 2012. - N 5. - С. 24-25.
2. Аненкова В. В. Регбі: правила соровнований / В. В. Аненкова // М. : Физкультура и спорт, 1981. – 56 с.
3. Бобков Г. Энергия регбиста / Бобков Г., Евстафьева Е. // Спортивные игры. - 1977. - N 9. - С. 24-25.
4. Гарсиа А. Регбі. Техника. Тактика. Тренировочный процесс / А. Гарсиа, Ж. Фурукс. – Париж : Робер Лафон, 1984. – 218 с.
5. Данилова Е.Н. Формирование регбийной команды на основе модельных характеристик игрового амплуа : автореф. дис. .. канд. пед. наук : 13.00.04. – М. – 2009. – 42 с
6. Колев Н. Особенности структуры и содержания силовой подготовки высококвалифицированных регбистов в годичном цикле тренировочного процесса : автореф. дисс. канд. пед. наук. / Н. Колев; РГАФК. – Москва, 1996. – 27 с.
7. Квасниця О. М. Удосконалення фізичної підготовки кваліфікованих гравців у регбі-7 з урахуванням індивідуальних профілів фізичної підготовленості автореф. дис. ... к. фіз. вих. : 24.00.01. – Львів. – 2018. – 20 с.
8. Мартиросян А. А. Анализ соревновательной деятельности игроков третьей линии нападения в регби. / А. А. Мартиросян // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2001. – №4. – С.32 – 33.

9. Машковцев А. Занести дыню : элементы регби на уроках / Алексей Машковцев // Спорт в школе. - 2013. - № 5. - С. 34-35.
10. Пылев А.С. Влияние регби на формирование личности школьников / А.С. Пылев // Теория и практика физ. культуры. - 2007. - № 2. - С. 56.
11. Сабіров О. С. Становлення та розвиток регбі в Україні. / О. Сабіров // Молодіжний науковий вісник. Серія: Фізичне виховання і спорт / М-во освіти і науки, молоді та спорту України, Волин.нац.ун-т ім. Лесі Українки. – Луцьк, 2012. – Випуск 7. – С.19 – 22.
12. Соколов А. Регби // Спортивные игры. – 1957. – № 5. – С. 5-6.
13. Сорокин А.А. Регби. Учебное пособие по обучению технике и тактике игры. / А. А. Сорокин. – Москва : Физкультура и спорт, 1963. – 119 с.
14. Тимошенко А. А. 40 уроков регби. / А. А. Тимошенко. – Москва : Физкультура и спорт, 1994. – 102 с

Додаткова література (ігрові види спорту, регбі 15)

15. Кирияк Р. Мини-регби / Р. Кирияк. – Москва : Физкультура и спорт, 1976. – 111 с.
16. Ратерфорд Д. Регби: Схватка / Д. Ратерфорд; пер. с англ. – Москва: Физкультура и спорт, 1982. – 113 с.
17. Железняк Ю. Д. Спортивные игры: техника, тактика, методика обучения: ученик для ВУЗов / Ю. Д. Железняк. – Москва : Академия, 2008. – 520 с

Перелік питань для підсумкового контролю (зимові види спорту)

1. Історія розвитку лижного спорту в Україні.
2. Історія розвитку лижного спорту на Тернопільщині.
3. Лижний спорт у програмі зимових Олімпійських ігор.
4. Лижна підготовка у програмі загальноосвітньої школи.
5. Історія виникнення і еволюція техніки способів пересування на лижах.
6. Організація і методика проведення уроків із лижної підготовки у молодших класах загальноосвітньої школи.
7. Організація і методика проведення уроків із лижної підготовки у 5-8 класах загальноосвітньої школи.
8. Організація і методика проведення уроків із лижної підготовки у 10-11 класах загальноосвітньої школи.
9. Організація і проведення спортивно-масових заходів.
10. Організація позакласної роботи з лижного спорту в школі.
11. Організація і методика тренування лижника гонщика у підготовчому періоді річного циклу.
12. Планування підготовки юних лижників гонщиків у шкільній секції.
13. Організація методика тренування лижника-гонщика на початковому етапі багаторічної підготовки.
14. Організація і проведення змагань з лижного спорту серед школярів.
15. Перспективне планування підготовки юних лижників.
16. Особливості методики навчання при вивченні ковзанярських лижних ходів.
17. Режим і харчування лижника у процесі тренувань.
18. Особливості тренування юнаків у лижних гонках.

19. Особливості тренування дівчат у лижних гонках.
20. Особливості підготовки юних лижників.
21. Військово-патріотичне виховання в процесі занять лижним спортом.
22. Спортивний відбір і організація секційних занять з лижного спорту в школі.
23. Організація, зміст і планування роботи секції лижного спорту в школі.
24. Аналіз техніки і методики навчання навперемінного двохкрокового ходу.
25. Аналіз техніки і методики навчання навперемінного чотирьох крокового ходу.
26. Аналіз техніки і методики навчання одночасних лижних ходів.
27. Аналіз техніки і методики навчання поворотам в русі (переступанням і рулінням).
28. Аналіз техніки і методики навчання маховим поворотам в русі.
29. Аналіз техніки і методик навчання спускам і підйомам на лижах.
30. Аналіз техніки і методики навчання гальмування .
31. Особливості фізичної підготовки лижника.
32. Особливості тактичної підготовки лижника.
33. Особливості психологічної підготовки лижника.
34. Спеціальні вправи лижника-гонщика і методика їх застосування.
35. Передстартові стани спортсмена і методи їх управління.
36. Аутогенне тренування в підготовці лижника.
37. Періодизація тренування в лижному спорті.
38. Розминка, засоби і методи її проведення в лижному спорті.
39. Тренажери і спеціальні пристрої – їх застосування в підготовці лижника.
40. Планування тренування лижника-гонщика в підготовчому періоді.
41. Планування тренування лижника-гонщика в змагальному періоді.
42. Методика контролю і оцінка ефективності тренувального процесу в лижному спорті.
43. Педагогічні і медико-біологічні контрольні нормативи і тести стану тренуваності.
44. Засоби і методи відновлювальних міроприємств у річному циклі тренувань.
45. Планування, організація і проведення змагань з лижного спорту.
46. Травматизм і його профілактика на заняттях.
47. Причини травматизму і методи реабілітації в лижному спорті.
48. Лижні мазі і їх застосування.
49. Інвентар і обладнання для занять лижним спортом.
50. Лижний туризм в школі

ОСНОВНА ЛІТЕРАТУРА (ЗИМОВІ ВИДИ СПОРТУ)

1. Ключко П.П. Історія розвитку зимових видів спорту на Тернопільщині / П.П. Ключко // Актуальні проблеми розвитку спорту для всіх: досвід, досягнення, тенденції: мат. міжнар. наук-практ. конф., Тернопіль, 24-25 травня 2007 р. — Тернопіль, 2007. – С. 152-156.
2. Кучеренко В.М. Технічна підготовка лижника: навч.-метод. посібн. для студентів факультетів фізичного виховання та вчителів фізичної культури. / В.М. Кучеренко. – Тернопіль: ТДПУ, 2003. – 97с.
3. Раменская Т.И. Лыжный спорт: учеб. для студентов вузов обучающихся по направлению и спец. рек. Умо по образованию в области физ. культуры и спорта / Т.И. Раменская, А.Г. Баталов. – М.: Физ. культура, 2005. – 319 с.
4. Раменская Т.И. Лыжный спорт: учеб. пособие для самостоят. работы студентов, вузов, обучающихся по направлению 032100 и спец. 032101 : рек. УМО по образованию в обл. физ. культуры и спорта / Т.И. Раменская, А.Г. Баталов. – М.: Флинта: Наука, 2004. – 223с.
5. Раменская Т.И. Лыжный спорт: учебник / Т.И. Раменская, А.Г. Баталов. – М.: Физическая культура, 2005. – 320с.
6. Раменская Т.И. Специальная подготовка лыжника : учеб. кн. / Т.И. Раменская. – М.: СпортАкадемПресс, 2001. – 227 с/
7. Раменская Т.И. Специальная подготовка лыжника: учебная книга / Т.И. Раменская. – М.:СпортАкадемПресс. – 2001. – 228с.

8. Яців Я. М. Лижний спорт : навчально-методичний посібник / Я. М. Яців.– Івано-Франківськ : Видавництво ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника», 2013. – 100 с.

ДОДАТКОВА ЛІТЕРАТУРА (ЗИМОВІ ВИДИ СПОРТУ)

1. Бутин И.М. Лыжный спорт / И.М.Бутин. – М.: Просвещение, 1996. – 334 с.
2. Кучеренко В.М. Опорні конспекти до семінарських занять з лижного спорту / В.М. Кучеренко, Е.М. Петренко, В.Б. Шпитальний. – Тернопіль, 1992. – 23с.
3. Масленников И.Б. Лыжные гонки / Масленников И.Б., Смирнов Г.А. – М.: ФиС, 1999. – 200 с.
4. Раменская Т.И. Техническая подготовка лыжника: учеб.-практ. пособие; [2-е изд., испр. и доп.] / Т.И. Раменская. – М.: ФиС, 2000. – 264 с.