

ОРГАНІЗАЦІЯ ДОЗВІЛЛЯ ЗАСОБАМИ СПОРТУ Й РЕКРЕАЦІЇ

*Блок дисциплін вільного вибору
здобувачів першого (бакалаврського)
рівня вищої освіти*

- *МЕТА БЛОКУ: формування у здобувачів системи знань, умінь і навичок щодо організації і проведення спортивно-масової та фізкультурно-оздоровчої роботи з різним контингентом населення засобами окремих видів спорту й рекреації*

- *ЗАВДАННЯ БЛОКУ:*
 - *озброєння знаннями з теорії і методики одного з видів спорту на вибір (аеробіка, гімнастика, футбол, баскетбол, волейбол або гандбол, боротьба греко-римська, вільна, самбо або дзюдо, бокс, плавання або легка атлетика, скелелазіння та туризм) та шкільного спорту й особливостей підготовки юних спортсменів взагалі;*
 - *оволодіння основами техніки змагальних вправ та професійно-педагогічними вміннями й навичками з організації і проведення навчально-тренувальної роботи з обраного виду спорту;*
 - *формування вмінь та навичок проведення рекреаційних спортивно-оздоровчих заходів.*

СТРУКТУРА БЛОКУ

№ з/п	Назва дисципліни	Кількість кредитів ЄКТС	Термін вивчення	Викладачі
1.	Спортивно-педагогічне вдосконалення з обраного виду спорту: <i>аеробіка, гімнастика, футбол, баскетбол, волейбол, гандбол, боротьба греко-римська, вільна, самбо, дзюдо, плавання, легка атлетика, скелелазіння, туризм</i> (кафедри факультету фізичного виховання і спорту)	14	3-6 семестри	
2.	Теорія і методика викладання спортивних єдиноборств (кафедра одноборств, фехтування і силових видів спорту)	4	3 семестр	ст. викл. Огарь Г.О.
3.	Спортивні споруди і обладнання (кафедра теорії і методики фізичного виховання)	4	4 семестр	д.п.н., проф. Іващенко О.В.
4.	Основи наукових досліджень в фізичному вихованні (кафедра теорії і методики фізичного виховання)	4	5 семестр	д.н.ф.в.с., проф. Худолій О.М.
5.	Теорія і методика викладання аеробіки (кафедра гімнастики, музично-ритмічного виховання і фітнесу)	5	6 семестр	к.н.ф.в.с., доц. Голенкова Ю.В.
6.	Організація занять з плавання в дитячих оздоровчих таборах (кафедра циклічних видів спорту)	5	7 семестр	доц. Делова І.О.
7.	Теорія та методика шкільного спорту (кафедра теорії і методики фізичного виховання)	5	7 семестр	к.н.ф.в.с., доц. Марченко С.І.
8.	Теорія і методика дитячого та юнацького спорту (кафедра теорії і методики фізичного виховання)	5	8 семестр	д.п.н., проф. Іващенко О.В.
9.	Прикладна легка атлетика (кафедра циклічних видів спорту)	5	8 семестр	ст.викл. Коверя В.М.

№ з/п	Назва дисципліни	Кількість кредитів ЄКТС	Термін вивчення	Викладачі
1.	Спортивно-педагогічне вдосконалення з обраного виду спорту:	16	3-6 семестри	Викладачі кафедр факультету фізичного виховання і спорту
	<i>Аеробіка</i>			к.п.н., доц. Кравчук Т.М.
	<i>Гімнастика</i>			к.н.ф.в.с., доц. Голенкова Ю.В.
	<i>Баскетбол</i>			к.н.ф.в., доц. Собко І.М.
	<i>Волейбол</i>			ст. викладач Поліщук С.Б.
	<i>Гандбол</i>			ст. викладач Чуприна О.І.
	<i>Футбол</i>			ст. викладач Сірий О.В.
	<i>Боротьба греко-римська, вільна, самбо, дзюдо</i>			ст. викладач Огарь Г.О.
	<i>Бокс</i>			к.ю.н., доц. Вострокнутов Л.П.
	<i>Плавання</i>			ст. викладач Клімакова С.М.
	<i>Легка атлетика</i>			ст. викладач Коверя В.М.
	<i>Скелелазіння, туризм</i>			к.п.н., доц. Репко О.О.

Спортивно-педагогічне вдосконалення в обраному виді спорту

Мета викладання навчальної дисципліни полягає в ознайомленні здобувачів з теоретичними основами, технікою виконання вправ у обраному виді спорту та питаннями організації і проведення навчально-тренувальної роботи з дітьми різного віку, а також вдосконаленні власної спортивної майстерності в обраному виді спорту.

Основними **завданнями** вивчення дисципліни є: озброєння здобувачів знаннями з основних теоретичних питань обраного виду спорту; навчання основам техніки виконання вправ обраного виду спорту; озброєння знаннями, уміннями й навичками щодо організації і проведення навчально-тренувальної роботи на різних етапах спортивної підготовки; прищеплення знань, умінь та навичок з організації і проведення змагань з обраного виду спорту.

У результаті вивчення дисципліни здобувачі мають:

знати: історію, сучасний стан та правила змагань з обраного виду спорту; основи техніки вправ обраного виду спорту; особливості фізичної, техніко-тактичної, психологічної й теоретичної підготовки в обраному виді спорту; особливості організації безпосередньо тренерської роботи та навчально-тренувального процесу на різних етапах багаторічної підготовки; види планування й обліку та особливості організації та проведення науково-дослідної роботи в обраному виді спорту.

вміти: технічно правильно виконувати вправи обраного виду спорту; застосовувати методики фізичної, технічної, психологічної, тактичної й теоретичної підготовки в обраному виді спорту; організовувати навчально-тренувальний процес з обраного виду спорту на різних етапах багаторічної підготовки; складати документи планування і обліку; організовувати і проводити змагання та інші спортивні заходи з обраного виду спорту; проводити науково-дослідну роботу з різних аспектів обраного виду спорту.

2. Зміст навчальної дисципліни

- ❖ Загальна характеристика процесу підготовки спортсменів у обраному виді спорту
- ❖ Основи техніки вправ й особливості навчання техніці рухових дій у обраному виді спорту
- ❖ Аналіз правил змагань з обраного виду спорту
- ❖ Особливості навчання в обраному виді спорту.
- ❖ Види підготовки в обраному виді спорту: фізична, техніко-тактична й психологічна підготовка в обраному виді спорту.
- ❖ Багатолітня підготовка в обраному виді спорту та її етапи.
- ❖ Періодизація тренувального процесу в обраному виді спорту: поняття про спортивну форму і періодизацію; структура тренувального процесу; методика тренування в підготовчому, змагальному й перехідному періодах.
- ❖ Характеристика та особливості організації і проведення навчально-тренувальних занять з обраного виду спорту.
- ❖ Планування, облік і контроль тренувального процесу в обраному виді спорту.
- ❖ Характеристика змагань і змагальної підготовки в обраному виді спорту.

3. Засоби діагностики успішності навчання

Поточні контрольні роботи, самостійні роботи, оцінка за індивідуальне навчально-дослідне завдання, підсумкове тестування.

4. Форма підсумкового контролю успішності навчання : залік

Теорія і методика викладання спортивних єдиноборств

Мета навчальної дисципліни - сформувати вміння щодо володіння комплексом дій і протидій, спрямованих на захист себе і іншої людини з боку загрози третіх осіб.

Основними **завданнями** вивчення дисципліни є:

- розвиток навичок виконання різноманітних фізичних вправ різної функціональної спрямованості, технічних дій характерних для вивчення прийомів самооборони.;
- розвиток загальних і спеціальних фізичних якостей, необхідних для освоєння техніки прийомів самооборони;
- формування системи знань для ефективного ведення поєдинку;
- розвиток вольових і морально етичних якостей особистості, забезпечення потреби веденні здорового способу життя;
- формування комунікативної компетентності через участь в парній роботі з різними партнерами;
- формування особистих якостей: дисциплінованість, працьовитість і завзятість, спрямовані на досягнення високих результатів у навчальній діяльності та за її межами.

У результаті вивчення дисципліни студенти повинні:

знати:

- загальні положення і відомості з основних питань теорії єдиноборств;
- особливості спортивних єдиноборств і бойових мистецтв;
- правові основи, необхідні для грамотного і своєчасного застосування способів самооборони;
- особливості змагальної та навчально-тренувальної діяльності в єдиноборствах.

вміти:

- правильно, самостійно виконувати фізичні вправи, спрямовані на зміцнення здоров'я, корекцію статури, формування правильної постави та культури рухів;
- виконувати загально-підготовчі та спеціальні вправи спрямовані на освоєння техніко-тактичних дій і розвиток рухових здібностей;
- виконувати техніко-тактичні прийоми єдиноборств і самооборони;
- вести поєдинок проти одного партнера;
- виконувати дії самооборони проти одного або декількох нападників.
- проявляти якості особистості: дисциплінованість, працьовитість, завзятість і зацікавленість в якісному засвоєнні навчального матеріалу.

Зміст навчальної дисципліни за модулями та темами

Модуль 1. Теоретичні основи спортивних єдиноборств.

Тема 1.1. Історія виникнення і розвитку спортивних єдиноборств.

Тема 1.2. Техніка і тактика спортивних єдиноборців.

Тема 1.3. Фізична і психологічна підготовки в навчально-тренувальному процесі єдиноборців.

Модуль 2. Ударна техніка спортивних єдиноборств.

Тема 2.1. Техніка ударів руками і захист від них.

Тема 2.2. Техніка ударів ногами і захист від них.

Тема 2.3. Техніка і тактика ударних дій під час ведення поєдинку.

Модуль 3. Техніка боротьби в спортивних єдиноборствах.

Тема 3.1. Техніка боротьби у стійці.

Тема 3.2. Техніка боротьби в партері.

Тема 3.3. Техніка і тактика боротьби під час ведення поєдинку.

Модуль 4. Методика навчання.

Тема 4.1. Організаційні форми проведення занять в спортивних єдиноборствах.

Тема 4.2. Проведення тренувального заняття в спортивних єдиноборствах.

3. Засоби діагностики успішності навчання

Форми та методи поточного та підсумкового контролю: тестування теоретичних знань; підготовка і виконання практичних завдань; самостійна робота, виконання ІНДЗ.

4. Форма підсумкового контролю успішності навчання: залік

Спортивні споруди і обладнання

Мета дисципліни: вивчення загальних основ проектування, будівництва, ремонту і експлуатації спортивних споруд, призначених для занять спортом, масових фізкультурно-оздоровчих заходів за місцем проживання, в навчальних закладах, на виробництві, спортивних клубах, в місцях відпочинку, в лікувальних і оздоровчих установах.

Завданнями вивчення курсу «Спортивні споруди і обладнання» є:

- коротке знайомство з історією будівництва спортивних споруд;
- вивчення нормативних умов проектування, технологічних вимог до будівництва всього комплексу спортивних споруд для загальноосвітніх шкіл;
- вивчення правил технічної експлуатації спортивних споруд даного комплексу;
- оволодіння методами планування і будівництва простих спортивних споруд;
- формування умінь застосовувати набуті знання у професійній діяльності для орієнтації в сучасних тенденціях розвитку у галузі будівництва спортивних споруд.

№	Зміст навчальної дисципліни за модулями та темами
1	ПРЕДМЕТ І ОСНОВНІ ПОНЯТТЯ КУРСУ «СПОРТИВНІ СПОРУДИ І ОБЛАДНАННЯ»
	Вступ до предмету "Спортивні споруди"
2	ГІМНАСТИЧНІ ЗАЛИ ТА ВІДКРИТІ ПЛОЩИННІ СПОРУДИ
	Гімнастичні зали
	Відкриті площинні спортивні споруди
3	СПОРУДИ ДЛЯ ВОДНИХ ТА ЗИМОВИХ ВИДІВ СПОРТУ
	Спортивні споруди для водних видів спорту
	Спортивні споруди для зимових видів спорту
4	ЕКСПЛУАТАЦІЯ СПОРТИВНИХ СПОРУД ТА СПОРТИВНИЙ ІНВЕНТАР
	Правила і норми технічної експлуатації спортивних споруд
	Навчальне устаткування і спортивний інвентар
	Всього

Основи наукових досліджень в фізичному вихованні

Метою викладання навчальної дисципліни є набуття необхідних знань і умінь для самостійної науково-дослідної роботи.

Основними **завданнями** вивчення дисципліни є:

- Сформувати знання про науку і наукове дослідження у фізичному вихованні.
- Оволодіти основами методології науково-дослідної роботи у фізичному вихованні.
- Сформувати знання про педагогічний експеримент у фізичному вихованні.
- Оволодіти навичками планування експерименту в процесі вивчення закономірностей розвитку рухових здібностей і навчання фізичним вправам.
- Сформувати знання про методи збору даних, оволодіти навичками тестування рухової підготовленості учнів середньої школи.
- Сформувати знання про методи аналізу й інтерпретації результатів наукових досліджень, оволодіти навичками аналізу даних експерименту.
- Оволодіти основами побудови програми наукового дослідження у фізичному вихованні.
- Ознайомитися з інформаційним забезпеченням науково-дослідної роботи у фізичному вихованні. — Ознайомити з вимогами до оформлення магістерської дисертації.
- Сформувати навички написання доповіді, тез доповіді й наукової статті.

У результаті вивчення дисципліни здобувачі повинні

знати:

- основи методології науково-дослідної роботи у фізичному вихованні;
- методи збору і аналізу даних;
- основи побудови програми наукового дослідження у фізичному вихованні.
- основи інформаційного забезпечення науково-дослідної роботи у фізичному вихованні.

вміти:

- планувати експеримент в процесі вивчення закономірностей розвитку рухових здібностей і навчання фізичним вправам.
- тестувати рухову підготовленості учнів середньої школи.
- оволодіти навичками аналізу даних експерименту.
- сформувати навички написання доповіді, тез доповіді й наукової статті.

2. Зміст навчальної дисципліни за модулями та темами.

Тема 1. Загальні відомості про науку і наукове дослідження у фізичному вихованні.

Тема 2. Основи методології науково-дослідної роботи.

Тема 3. Педагогічний експеримент: теорія та практика.

Тема 4. Методи збору даних.

Тема 5. Основи теорії оцінок.

Тема 6. Програма наукових досліджень у фізичному вихованні.

Тема 7. Інформаційне забезпечення науково-дослідної роботи.

Тема 8. Вимоги до оформлення результатів наукових досліджень у фізичному вихованні.

Поточний контроль здійснюється за кожною темою, підсумковий контроль — за результатами підсумкового тестування і захисту ІНДЗ.

4. Форма підсумкового контролю успішності навчання залік.

Теорія і методика викладання аеробіки

Мета навчальної дисциплін - удосконалення рухової культури студентів, всебічний гармонійний розвиток їхньої особистості, формування знань, умінь і навичок щодо проведення занять з сучасної аеробіки.

Завданнями навчальної дисципліни є: ознайомити здобувачів з формами та методами проведення занять з аеробіки; навчити методиці організації та проведення занять з класичної аеробіки; сформувати у здобувачів професійно-педагогічні вміння та навички щодо проведення занять з аеробіки; оволодіти технікою виконання елементів та вправ класичної аеробіки, методами профілактики травматизму, контролю та самоконтролю на заняттях з аеробіки.

У результаті вивчення навчальної дисципліни здобувач має

знати: сучасні напрямки в аеробіці та їх класифікацію, значення аеробіки в системі фізичного виховання, технологію конструювання програм з аеробіки, режим занять та регулювання навантаження, вимоги до підбору та використанню музичного супроводу, структуру та зміст занять з аеробіки, термінологію основних рухів базової аеробіки, харчування під час занять аеробікою та сучасні засоби відновлення, запобігання і усунення травматизму під час занять аеробікою.

вміти: технічно вірно виконувати базові рухи, самостійно складати комплекси різних напрямів в аеробіці, проводити урок з аеробіки із використанням термінології та жестів викладача – інструктора, регулювати навантаження на заняттях оздоровчою аеробікою, самостійно підбирати музичний супровід для проведення занять з оздоровчої аеробіки.

Зміст навчальної дисципліни за модулями та темами

Модуль 1. Основні поняття сучасної аеробіки.

Тема 1.1. Теоретичні аспекти оздоровчої аеробіки.

Історія розвитку аеробіки. Сучасна трактовка поняття «оздоровча аеробіка». Місце аеробіки в системі фізичного виховання. Принципи оздоровчого тренування. Вплив занять оздоровчої аеробіки на функціональні системи організму. Наукові основи харчування та методи відновлення під час занять аеробікою. Культура спілкування під час проведення занять аеробікою. Вимоги щодо техніки безпеки на заняттях з аеробіки. Рекомендації щодо підбору одягу та взуття для занять аеробікою.

Класифікація сучасних напрямів в аеробіці та їх характеристика (спортивна аеробіка, фітнес-аеробіка, прикладна аеробіка, оздоровча аеробіка). Класифікація напрямів та видів оздоровчої аеробіки. Особливості проведення занять класичної аеробіки.

Модуль 2. Методика проведення занять з класичної аеробіки

Тема 2.1. Техніка виконання та методика навчання оздоровчої ходьби, бігу та базових рухів класичної аеробіки.

Термінологія в аеробіці. Вимоги щодо постави тіла, основні вихідні положення. Техніка виконання основних рухів аеробіки. Базові елементи. Знайомство з жестами та основними складовими майстерності інструктора аеробіки. Хореографія в аеробіці.

Тема 2.2. Техніка виконання та методика навчання базовим крокам.

Методика проведення та структура аеробного заняття. Особливості техніки та методики навчання базовим рухам «Low Impact» та «High Impact» під час заняття класичної аеробіки. Особливості техніки та методики навчання базовим крокам. Вивчення комплекс класичної аеробіки з базовими кроками, стрибкам, підскоками з рухами рук. Складання графіків пульсометрії на заняттях з різними навантаженням. Методика проведення контролю та самоконтролю на заняттях аеробікою.

3. Засоби діагностики успішності навчання - поточне оцінювання, тематичне оцінювання, підсумкове тестування.

4. Форма підсумкового контролю успішності навчання :залік

Організація занять з плавання в дитячих оздоровчих таборах

Мета вивчення дисципліни - формування у здобувачів необхідних теоретичних та практичних знань, умінь і навичок з організації різних форм роботи з плавання в дитячих оздоровчих таборах.

Основними **завданнями** вивчення дисципліни є:

- Оволодіти технікою прикладного плавання: технікою занурення під воду, технікою пірнання на відстань та в глибину, технікою стрибків з вишки.
- Сформувати професійно-педагогічні вміння та навички, пов'язані з рятуванням потерпілих на воді, навички, необхідні для роботи в дитячих оздоровчих таборах.

У результаті вивчення дисципліни здобувачі мають:

знати:

- Техніку та методику навчання прикладного плавання.
- Техніку та методику рятування потерпілих на воді.
- Питання організації і проведення занять з плавання в дитячих оздоровчих таборах.

вміти:

- Вільно володіти технікою різних способів прикладного плавання.
- Уміти рятувати потерпілих на воді та надавати їм першу допомогу.
- Організовувати та проводити заняття з плавання та інші заходи, передбачені в дитячих оздоровчих і спортивних таборах.

Зміст навчальної дисципліни за модулями та темами

Змістовний модуль 1. Прикладне плавання.

Тема 1. Рятування потерпілих на воді.

Допомога плавцю, який утомився. Етапи дій рятувальника під час надання допомоги утопаючому – вхід у воду, підпливання до потерпілого, пошук потерпілого під водою, звільнення від захватів, способи транспортування, винесення потерпілого з води.

Тема 2. Способи прикладного плавання.

Поняття про прикладне плавання. Плавання способом на боці, способом брас на спині. Методика навчання пірнанню в довжину та глибину, варіанти пірнань. Плавання в ускладнених умовах

Тема 3. Переправа на воді.

Умови та засоби переправи людей, тварин та речей. Особливості здійснення переправи дітей.

3. Засоби діагностики успішності навчання - поточне оцінювання, тематичне оцінювання, підсумкове тестування.

4. Форма підсумкового контролю успішності навчання : залік

Теорія та методика шкільного спорту

Метою викладання навчальної дисципліни є набуття необхідних знань і умінь для організації й проведення секційної роботи з видів спорту в школі.

Основними **завданнями** вивчення дисципліни є:

засвоєння теоретичного курсу, що включає знання з: проблем побудови секційної роботи в школі; методики навчання і тренування школярів; оволодіння уміннями і навичками методики розвитку рухових здібностей, навчання і тренування у школярів в умовах секційної роботи; оволодіння методикою програмування і організації навчально-тренувального процесу школярів в умовах секційної роботи; оволодіння методикою планування і контролю тренувальних навантажень в мікроциклах і мезоциклах підготовки у школярів в умовах секційної роботи; оволодіння методикою виховної роботи зі школярами; оволодіння вміннями упорядковувати документи планування й обліку навчально-тренувальної роботи.

У результаті вивчення дисципліни здобувачі мають:

знати:

сучасний стан розвитку теорії і методики шкільного спорту; організаційні і програмно-нормативні основи шкільного спорту; основи системи підготовки юних спортсменів в умовах шкільної секції: мету, елементи системи підготовки юних спортсменів; основи управління системою підготовки юних спортсменів; етапи, мету і завдання підготовки юних спортсменів; методику навчання і тренування в умовах шкільної секції: засоби і методи підготовки юних спортсменів; особливості методики розвитку рухових здібностей; особливості методики навчання; структуру тренувального процесу; систему тренувальних навантажень; основи програмування і організації навчально-тренувального процесу; основи системи спортивних змагань; методику виховної роботи в умовах шкільної секції;

вміти:

розвивати рухові здібності; навчати техніці виконання основних вправ; програмувати і організовувати навчально-тренувальний; планувати і контролювати тренувальні навантаження в мікроциклах і мезоциклах підготовки; упорядковувати навчальну документацію; організовувати і проводити спортивні змагання; планувати і здійснювати облік ефективності виховної роботи в спортивній школі.

Теорія і методика дитячого та юнацького спорту

Метою викладання навчальної дисципліни «Теорія та методика дитячого і юнацького спорту» є набуття необхідних знань і умінь для самостійної роботи у спортивній школі.

Основними **завданнями** вивчення дисципліни «Теорія та методика дитячого і юнацького спорту» є:

- засвоєння теоретичного курсу, що включає знання з: проблем побудови процесу підготовки юних спортсменів, системи підготовки юних спортсменів; методики навчання і тренування юних спортсменів; методики виховної роботи з юними спортсменами;
- оволодіння уміннями і навичками методики розвитку рухових здібностей, навчання і тренування юних спортсменів;
- оволодіння методикою програмування і організації навчально-тренувального процесу юних спортсменів;
- оволодіння методикою планування і контролю тренувальних навантажень в мікроциклах і мезоциклах підготовки юних спортсменів;
- оволодіння методикою виховної роботи з юними спортсменами;
- оволодіння вміннями упорядковувати документи планування навчально-тренувальної роботи.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студенти повинні:

знати:

- сучасний стан розвитку теорії і методики дитячого і юнацького спорту;
- організаційні і програмно-нормативні основи дитячого і юнацького спорту;
- основи системи підготовки юних спортсменів: • мету, елементи системи підготовки юних спортсменів; • основи управління системою підготовки юних спортсменів; • етапи, мету і завдання підготовки юних спортсменів;
- методику навчання і тренування юних спортсменів: • засоби і методи підготовки юних спортсменів; • особливості методики розвитку рухових здібностей у юних спортсменів; • особливості методики навчання юних спортсменів; • структуру тренувального процесу юних спортсменів; • систему тренувальних навантажень юних спортсменів; • основи програмування і організації навчально-тренувального процесу юних спортсменів; • основи системи спортивних змагань юних спортсменів;
- методику виховної роботи з юними спортсменами;

вміти: розвивати рухові здібності у юних спортсменів; навчати техніці виконання основних вправ; програмувати і організовувати навчально-тренувальний процес юних спортсменів; планувати і контролювати тренувальні навантаження в мікроциклах і мезоциклах підготовки юних спортсменів; упорядковувати навчальну документацію; організовувати і проводити спортивні змагання; планувати і здійснювати облік ефективності виховної роботи в спортивній школі.

2. Зміст навчальної дисципліни за модулями та темами

Модуль 1. Вступ в теорію та методику дитячого і юнацького спорту

Тема 1. Теорія та методика дитячого і юнацького спорту як наукова і навчальна дисципліна

Тема 2. Проблема побудови процесу підготовки юних спортсменів

Модуль 2. Система підготовки юних спортсменів

Тема 1. Мета, елементи системи підготовки юних спортсменів.

Тема 2. Управління системою підготовки юних спортсменів.

Тема 3. Етапи, мета і завдання підготовки юних спортсменів.

Модуль 3. Методика навчання і тренування юних спортсменів.

Тема 1. Засоби і методи підготовки юних спортсменів.

Тема 2. Особливості методики розвитку рухових здібностей у юних спортсменів.

Тема 3. Особливості методики навчання юних спортсменів.

Тема 4. Структура тренувального процесу юних спортсменів Структура тренувальних занять (підготовка, основна і заключна частини занять).

Тема 5. Система тренувальних навантажень юних спортсменів Нормативні основи тренувальних навантажень у юних спортсменів.

Тема 6. Програмування і організація навчально-тренувального процесу юних спортсменів

Модуль 4. Методика виховної роботи з юними спортсменами.

Тема 1. Мета і завдання виховної роботи з юними спортсменами.

Тема 2. Планування і облік ефективності виховної роботи в спортивній школі.

3. Засоби діагностики успішності навчання:

Тестування, опитування, індивідуальні навчально-дослідні завдання. Поточний контроль здійснюється за кожною темою, підсумковий контроль — за результатами підсумкового тестування і захисту ІНДЗ.

4. Форма підсумкового контролю успішності навчання залік.

Прикладна легка атлетика

Метою викладання навчальної дисципліни є формування у здобувачів цілісної системи професійних компетенцій щодо освітньої діяльності у сфері фізичної культури і спорту на основі вивчення прикладних засобів, які використовуються в сучасній легкій атлетиці .

Основними **завданнями** вивчення дисципліни є:

1. Оволодіння навичками застосування прикладних засобів, які використовуються у навчанні легкоатлетичним видам в сучасній легкій атлетиці.
2. Засвоєння новітніх методик, що використовуються при навчанні прикладним легкоатлетичним видам.
3. Оволодіння навичками проведення легкоатлетичних занять прикладної спрямованості.

Згідно з вимогами дисципліни студенти повинні:

знати:

- * сучасні методики навчання оздоровчій ходьбі та бігу, бігу з перешкодами, метанню гранати з різних положень .
- * методичне, матеріально-технічне, медико-біологічне забезпечення легкоатлетичних занять прикладної спрямованості на основі сучасних наукових досягнень;
- * сучасні підходи в теорії і методиці викладання прикладних видів легкої атлетики;

вміти:

- * застосовувати сучасні методики навчання оздоровчій ходьбі та бігу, бігу з перешкодами, метанню гранати з різних положень .
- * прогнозувати результати діяльності на ґрунті аналізу освітнього процесу;
- * застосовувати сучасні підходи в теорії і методиці викладання прикладних видів легкої атлетики;