

# *СУЧАСНІ ТЕХНОЛОГІЇ В ОБРАНІЙ ВИДІ СПОРТУ*

*Блок дисциплін вільного вибору  
студентів другого (магістерського)  
рівня освіти*

- **МЕТА БЛОКУ:**

*формування у студентів системи знань, умінь і навичок щодо сучасних технологій підготовки спортсменів з обраного виду спорту*

- **ЗАВДАННЯ БЛОКУ:**

- *озброєння сучасними знаннями з теорії і методики різних видів підготовки спортсменів у обраному виді спорту;*
- *засвоєння новітніх методик, та інтернет-технологій, що використовуються в навчально-тренувальній та змагальній діяльності в обраному виді спорту;*
- *формування вмінь і навичок проведення наукових досліджень в обраному виді спорту та оформлення їх у вигляді публікацій.*

# СТРУКТУРА БЛОКУ

№ з/п	Назва дисципліни	Кількість кредитів ЄКТС	Викладачі
1.	<b><i>Сучасні технології в обраному виді спорту</i></b> (кафедри: олімпійського і професійного спорту, спортивних ігор та туризму; гімнастики, музично-ритмічного виховання і фітнесу); циклічних видів спорту; одноборств, фехтування і силових видів спорту)	12	к.н.ф.в.с., доц. Собко І.М. к.п.н., доц. Гринченко І.Б. к.п.н., доц. Кравчук Т.М. доц. Ляшенко А.М. к.п.н., доц. Кривенцова І.В.
2.	<b><i>Сучасні технології та методики спортивного масажу</i></b> (кафедра олімпійського і професійного спорту, спортивних ігор та туризму)	4	д.н.ф.в.с., проф. Козіна Ж.Л.
3.	<b><i>Методика підготовки наукових робіт у сфері спорту</i></b> (кафедра олімпійського і професійного спорту, спортивних ігор та туризму)	4	к.н.ф.в.с., доц. Собко І.М.



**Метою** викладання навчальної дисципліни «Сучасні технології в обраному виді спорту» є формування у здобувачів вищої освіти цілісної системи знань та умінь щодо професійної діяльності у сфері обраного виду спорту на основі вивчення сучасних інформаційно-комунікаційних та інтерактивних технологій.

Основними **завданнями** вивчення дисципліни є

- оволодіння навичками застосування комп'ютерних та інтерактивних технологій у викладанні обраного виду спорту.
- засвоєння новітніх методик, та інтернет-технологій, що використовуються при навчанні технічним і тактичним діям у обраному виді спорту.
- ознайомлення здобувачів із сучасними технологіями спорту вищих досягнень (у обраному виді спорту).

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми здобувачі повинні

**знати:**

- застосування сучасних інноваційних технологій, що складаються в моделюванні технічних і тактичних дій спортсменів у обраному виді спорту ;
- сучасні методики прогнозування результатів виступу команди на змаганнях;
- сучасні підходи в теорії і методиці викладання обраного виду спорту.

**вміти:**

- розробляти програми тренувальних занять з обраного виду спорту на основі використання інтерактивних методів і форм навчання;
- користуватися сучасними засобами отримання термінової інформації про характеристики рухів в обраному виді спорту;
- користуватись сучасними тренажерами і тренажерним пристроями для оволодіння технікою і тактикою в обраному виді спорту;
- розробляти програми алгоритмічного типу, які дозволяють індивідуалізувати процес навчання рухам і дозувати фізичні навантаження;
- застосовувати новітні методики розвитку фізичних здібностей спортсменів.

На вивчення навчальної дисципліни відводиться 12 кредитів ЄКТС 360 годин.

## Сучасні технології та методика спортивного масажу

**Метою** викладання навчальної дисципліни «Сучасні технології та методика спортивного масажу» є формування у здобувачів цілісної системи знань та умінь щодо основ гігієнічного та лікувального класичного і сегментарно-рефлекторного масажу, як методу профілактики та лікування при різних нозологіях та оволодіння технікою виконання класичного масажу за всіма основними його формами.

Основними **завданнями** вивчення дисципліни є: ознайомлення з основними принципами, видами масажу, з гігієнічними основами проведення масажу, вивчаючи фізіологічну дію масажу; формування у здобувачів навичок і умінь виконувати різні види масажу із застосуванням основних та допоміжних прийомів масажу.

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми здобувачі повинні:

- \* **знати:** короткі історичні відомості про формування технологій спортивного масажу; обладнання кабінету масажу; діагностичні ознаки захворювань спортсменів, з якими зустрічається масажист у своїй практиці; основні принципи спортивного масажу та застосування технологій масажу різної спрямованості;
- \* показання і протипоказання до застосування сучасних технологій спортивного масажу; фізіологічну дію масажу та його прийомів на тканини, органи та організм людини в цілому; загальні методичні вказівки до проведення спортивного масажу;
- \* види, форми і техніки проведення загальноприйнятих прийомів класичного гігієнічного та лікувального масажу: прогладжування, розтирання, розминання, вібрація;
- \* **вміти:** діагностувати ознаки захворювань спортсменів, з якими зустрічається масажист у своїй практиці; використовувати основні принципи масажу; дотримуватися гігієнічних норм до проведення процедури масажу;
- \* володіти способами і прийомами обстеження різних ділянок тіла перед проведенням процедури; вміти вкладати пацієнта відповідно до методики і форми масажу; налагоджувати психологічний зв'язок з пацієнтом; складати програму масажу; вести відповідну документацію;
- \* володіти видами і методиками проведення загальноприйнятих прийомів спортивного масажу: прогладжування, розтирання, розминання, вижимання, вібрації; визначати передбачену і непередбачену реакцію різних тканин; застосовувати техніку основних і допоміжних прийомів масажу; .



## **Зміст навчальної дисципліни за модулями та темами**

**Модуль 1. Основи масажу та техніка виконання прийомів спортивного масажу**

Тема 1.1. Основи масажу.

Тема 1.2. Види та форми масажу.

Тема 1.3. Основні прийоми спортивного класичного європейського масажу.

**Модуль 2. Масаж окремих ділянок тіла, масаж при різних захворюваннях та травмах спортсменів**

Тема 2.1. Масаж окремих ділянок тіла та загальний масаж.

Тема 2.2. Основи сегментарно-рефлекторного масажу.

Тема 2.3. Масаж при захворюваннях серцево-судинної системи.

Тема 2.3. Масаж при захворюваннях опорно-рухового апарату та шкіри.

Тема 2.4. Масаж дітям, які займаються спортом

### **Засоби діагностики успішності навчання**

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

**Форма підсумкового контролю успішності навчання залік**

## Методика підготовки наукових робіт у сфері спорту

**Метою** викладання навчальної дисципліни «Методика підготовки наукових робіт у сфері спорту» є формування у здобувачів вищої освіти цілісної системи знань та умінь щодо написання і оформлення наукової роботи у сфері спорту.

Основними **завданнями** вивчення дисципліни «Методика підготовки наукових робіт у сфері спорту» є: набуття навичок написання тез наукових доповідей і статей, оволодіння навичками вибору наукової літератури, оволодіння навичками документування наукових результатів на кожному етапі дослідження, володіння способами інтерпретації результатів дослідження, оволодіння навичками вибору журналу та підготовки наукової роботи згідно вимогам журналу в галузі спорту.

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми здобувачі повинні:

**знати:** структуру і зміст наукової роботи, основні текстові та графічні редактори, використовувані при обробці і представленні наукової інформації і наукових результатів; основні науково-освітні ресурси Інтернет і методи пошуку, сортування та структуризації наукової інформації, основні принципи пошуку і підбору бібліографічних джерел і методи роботи з ними; принципи підготовки усних доповідей і електронних презентацій у галузі спорту.

**вміти:** розкривати актуальність та наукову новизну наукової роботи, володіти сучасними методами наукових досліджень в галузі спорту, математично обробляти отримані результати наукових досліджень та аналізувати отримані результати, оцінювати і відбирати наукові журнали для публікації наукових статей, готувати наукову статтю за вимогами журналу, рецензувати статтю.

На вивчення навчальної дисципліни відводиться 4 кредити ЄКТС 120 годин.



## **Зміст навчальної дисципліни за модулями та темами**

### **Модуль 1. Технології підготовки та оформлення наукової роботи.**

Тема 1.1. Основні етапи підготовки наукової роботи.

Тема 1.2. Структура і оформлення тез наукових досліджень.

Тема 1.3. Структура і оформлення наукової статті.

### **Модуль 2. Публікація у наукових виданнях.**

Тема 2.1 Наукові видання в міжнародних наукометричних базах даних. Особливості наукових видань. Фахові видання. Наукометричні бази.

Тема 2.2. Міжнародні наукометричні бази Google Scholar , Web of Science та SCOPUS  
Огляд систем Web of Science та SCOPUS. Реєстрація. Відбір видань що включені у Web of Science та SCOPUS.

Тема 2.3. Основні наукометричні показники. Визначення поняття цитування.  
Індекси цитування. Види цитування. Цитування в залежності від типу наукової роботи та області дослідження

### **3. Засоби діагностики успішності навчання**

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

### **4. Форма підсумкового контролю успішності навчання залік**