

ВІДКРИТИЙ МІЖНАРОДНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

РОЗВИТКУ ЛЮДИНИ «УКРАЇНА»

Хмельницький інститут соціальних технологій

Кафедра фізичної терапії, ерготерапії, фізичної культури і спорту

ЗАТВЕРДЖУЮ

Директор Хмельницького
інституту соціальних технологій
Університету „Україна”



М. Є. Чайковський

„02” 09 2019 р.

ПРОГРАМА

КОМПЛЕКСНОГО АТЕСТАЦІЙНОГО ЕКЗАМЕНУ

освітня програма Фізична культура і спорт
(назва освітньої програми)

освітнього рівня магістр
(назва освітнього рівня)

галузь знань 01 «Освіта / Педагогіка»
(шифр і назва галузі знань)

Спеціальність(ності) 017 «Фізична культура і спорт»
(шифр і назва спеціальності(тей))

Спеціалізація(ї) _____
(назва спеціалізації)

інститут, філія, факультет, коледж Хмельницький інститут соціальних технологій
(назва навчально-виховного підрозділу)

Обсяг, кредитів: 60/2

Форма підсумкового контролю: екзамен

Хмельницький 2019 рік

Програма Комплексного атестаційного екзамену з дисциплін: «Теорія і методики спортивного тренування», «Теорія і методика викладання фізичного виховання у закладах вищої освіти», «Педагогічна майстерність тренера»

(назва навчальних дисциплін)

для студентів за галуззю знань 01 Освіта/Педагогіка
спеціальністю 017 „Фізична культура і спорт”

„02” вересня 2019 року – 18 с.

Розробники:

Мозолев Олександр Михайлович – д.пед.н., професор, професор кафедри фізичної терапії, ерготерапії, фізичної культури і спорту Хмельницького інституту соціальних технологій

Пуча Володимир Іванович – професор кафедри фізичної терапії, ерготерапії, фізичної культури і спорту Хмельницького інституту соціальних технологій

Крупа Валентина Володимирівна – к.пед.н., доцент, доцент кафедри фізичної терапії, ерготерапії, фізичної культури і спорту Хмельницького інституту соціальних технологій

Робочу програму розглянуто і затверджено на засіданні кафедри фізичної терапії, ерготерапії, фізичної культури і спорту

Протокол від „02” вересня 2019 року № 1

Завідувач кафедри
фізичної терапії, ерготерапії,
фізичної культури і спорту

„02” вересня 2019 року

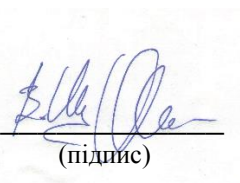

(підпис) Л.С. Кравчук
(прізвище та ініціали)

Робочу програму погоджено з гарантом освітньо-професійної програми (керівником проектної групи) Фізична культура і спорт (2019 року)

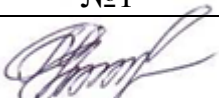
(назва освітньої програми)

„02” вересня 2019 року

Гарант освітньо-професійної
програми (керівник проектної групи)


(підпис) В. І. Пуча
(прізвище та ініціали)

**ПРОЛОНГАЦІЯ ПРОГРАМИ
КОМПЛЕКСНОГО АТЕСТАЦІЙНОГО ЕКЗАМЕНУ**

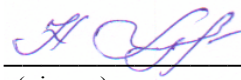
Навчальний рік	2019/2020	20___/20___	20___/20___	20___/20___
Дата засідання кафедри	02.09.2019 р.			
№ протоколу	№1			
Підпис завідувача кафедри				

Матеріали до навчальних курсів, що входять до комплексного атестаційного екзамену розміщені на сайті Інтернет-підтримки навчального процесу за адресою: <http://vo.ukraine.edu.ua/>

**Програму комплексного
атестаційного екзамену перевірено**

„02” вересня 2019 року

Заступник директора
з навчально-виховної роботи
Хмельницького інституту
соціальних технологій


(підпис)

Н. І. Луцкевич
(прізвище та ініціали)

ЗМІСТ НАВЧАЛЬНОГО МАТЕРІАЛУ

МОДУЛЬ 1.

«ТЕОРІЯ І МЕТОДИКИ СПОРТИВНОГО ТРЕНУВАННЯ»

Змістовий модуль 1.

Теоретичні основи спортивного тренування

Тема 1. Предмет і зміст дисципліни «Теорія і методики спортивного тренування» Об'єкт і предмет навчання. Соціологічний, педагогічний та біологічний напрямки теорії та методики спортивного тренування. Термінологічний апарат (фізична культура, фізичне виховання, фізична освіта, фізичний розвиток, фізичні якості, фізичний стан, фізичне здоров'я, фізична працездатність, фізична підготовленість, фізична рекреація, фізична реабілітація, фітнес, рухова активність, норма). Джерела та етапи розвитку ТМСТ. Структура дисципліни. Задачі ТМСТ як навчальної та наукової дисципліни. Методи наукових досліджень в фізичному вихованні.

Тема 2. Наукові основи ТМСТ. Взаємозв'язок рухової активності і здоров'я. Мотиваційний підхід у формуванні стратегії розвитку фізичної культури сучасного суспільства. Біологічні, соціальні, духовні потреби, що задовольняються під час занять фізичною культурою. Закономірності розвитку оздоровчого ефекту в системі занять. Оцінка ефективності процесу фізичного виховання. Основні принципи системи фізичного виховання: гуманістичної орієнтації, пріоритету потреб, мотивів і інтересів особи, всебічного розвитку особистості, оздоровчої спрямованості, зв'язку фізичного виховання з іншими видами діяльності і зайнятості людей.

Тема 3. Основи спортивного тренування. Адаптація і проблеми раціональної підготовки спортсменів. Основи теорії адаптації і закономірності її формування у спортсменів. Реакція адаптації при м'язовій діяльності. Формування термінової адаптації. Формування довготривалої адаптації. Явище деадаптації, реадаптації і переадаптації у спортсменів. Енергозабезпечення м'язової діяльності. Системи енергозабезпечення м'язової діяльності і їх функціонування. Мета, завдання та засоби спортивного тренування. Методи спортивного тренування. Специфічні принципи спортивної підготовки. Дидактичні принципи і їх використання в системі підготовки спортсменів. Основи теорії адаптації і закономірності її формування у спортсменів.

Тема 4. Педагогічний процес в процесі спортивного тренування. Структурні компоненти педагогічного процесу при формуванні фізичної культури людини (предметна та особистісна частини). Методичні принципи: свідомості та активності, наочності, доступності та індивідуалізації, систематичності. Принципи побудови занять в процесі фізичного виховання: принцип безперервності, принцип прогресування тренувальних впливів, принцип циклічності, принцип вікової адекватності педагогічних впливів. Виховання"особистих якостей тих, що займаються фізичними вправами.

Особистість викладача фізичного виховання, вимоги до його професійної майстерності. Взаємозв'язок розумового, морального, трудового, естетичного, інтелектуального виховання з фізичним вихованням.

Тема 5. Спорт у системі соціальних явищ. Спортивні досягнення і тенденції їх розвитку. Змагальна діяльність у системі підготовки.

Природні сили і гігієнічні фактори як засоби фізичного виховання. Поняття про техніку фізичних вправ та її характеристика. Кінематичні (просторові, часові та просторово-часові) характеристики; динамічні (зовнішні і внутрішні сили) характеристики; ритмічні і якісні характеристики.

Тема 6. Навантаження та відпочинок - взаємопов'язані компоненти виконання спортивного тренування. Загальна характеристика фізичного навантаження. Зовнішня та внутрішня сторони навантаження, як чинник оптимізації тренувальних впливів. Регулювання зовнішньої сторони навантаження шляхом зміни її компонентів (інтенсивність та об'єм навантаження). Внутрішня сторона фізичного навантаження. Негативний вплив надмірного фізичного навантаження на стан фізичної підготовленості і здоров'я.

Тема 7. Методи спортивного тренування. Вихідні поняття (метод, методичний прийом, методика, методичний підхід, методичний напрямок). Сучасні уявлення про класифікацію методів і загальні вимоги до їх вибору. Підгрупи, види і різновиди методів. Фактори та умови, що визначають вибір застосування конкретного методу. Методи набуття нових знань; методи спрямовані на оволодіння руховими вміннями і навичками, методи спрямовані на удосконалення рухових навичок та розвиток рухливих якостей; методи нормування і управління навантаженням у процесі виконання вправ.

Тема 8. Адаптація до фізичних навантажень і закономірностей її використання у фізичному вихованні. Термін «адаптація». Види і стадії формування адаптаційних реакцій організму людини. Генотипічна, фенотипічна адаптація, деадаптація. Закономірності формування адаптації. Специфічність, адекватність адаптації. Фактори зовнішнього середовища (гіпоксія, холод, фізичне навантаження), що викликають комплекс однотипних зрушень у стані функцій організму. Основні закономірності термінової та довгочасної адаптації. Ознаки структурного «сліду», що обумовлює багатосторонній оздоровчий ефект систематичних занять фізичними вправами.

Змістовий модуль 2.

Техніка спортивного тренування

Тема 9. Загальна характеристика навчання руховим діям. Методологічні основи теорії навчання руховим діям. Педагогічні основи навчання руховим діям. Фізіологічні основи управління руховими діями.

Наукова теорія М. Бернштейна, щодо закономірностей управління руховими діями. Організм - активна цілеспрямована система. Предмет і задачі навчання в фізичному вихованні. Навчання як один з видів пізнавальної діяльності людини. Основний предмет навчання - раціональні рухові дії. Особливості процесу навчання (специфічність засобів, механізм засвоєння рухів, рівень розвитку рухових якостей, психологічна та функціональна готовність, чітке дозування і регулювання фізіологічного навантаження, додержання санітарно-гігієнічних умов проведення занять, систематичний лікарський контроль). Характеристика рухових вмінь та навичок. Значення навичка (підвищується надійність і стабільність технічного виконання вправ, економляться фізичні і психічні сили, покращується результат дій). Закономірності та фази формування рухових навичок.

Тема 10. Основні компоненти спортивного тренування. Спортивно-технічна підготовка у спорті. Спортивно-тактична підготовка спортсменів. Фізична підготовка спортсменів. Психологічна підготовленість і психологічна підготовка спортсменів.

Тема 11. Етап поглибленого навчання та вдосконалення рухових дій. Мета, задачі етапу поглибленого навчання. Основи методики навчання на даному етапі. Характеристика методів навчання на етапах поглибленого навчання та вдосконалення. Нормування навантаження та відпочинку на етапах. Контроль за засвоєнням техніки рухових дій.

Тема 12. Основи побудови процесу спортивної підготовки. Спортивна підготовка як багаторічний процес та її структура. Побудова мікроциклів у спортивному тренуванні. Побудова мезоциклів у спортивному тренуванні. Побудова макроциклів у спортивному тренуванні.

Тема 13. Характеристика силових здібностей та методика розвитку. Поняття «Силові здібності». Види силових здібностей та чинники, що обумовлюють їх проявлення. Задачі та методи розвитку силових здібностей. Контроль силових здібностей. Характеристика координаційних здібностей та методика розвитку. Загальна характеристика координаційних здібностей. Чинники, що обумовлюють прояв координаційних здібностей. Засоби та загальні положення методики розвитку координаційних здібностей.

Тема 14. Стомлення та відновлення в системі підготовки спортсменів Стомлення і відновлення при напруженій м'язовій діяльності. Стомлення і відновлення при навантаженнях різної спрямованості. Стомлення і відновлення залежно від кваліфікації і тренуваності спортсмена. Позатренувальні і позазмагальні чинники в системі підготовки та змагальної діяльності спортсменів. Навантаження в спорті і їх вплив на організм спортсменів. Характеристика навантажень, що застосовуються в спорті. Компоненти навантаження і їх вплив на формування реакції адаптації. Реакції організму спортсмена на змагальне навантаження.

Тема 15. Відбір та орієнтація у спорті. Контроль і облік у плануванні тренувального процесу. Характеристика понять «спортивний відбір» і «спортивна орієнтація». Взаємозв'язок «спортивного відбору» і «спортивної орієнтації». Відбір і орієнтація на різних етапах багаторічної підготовки спортсменів. Характеристика комплексного контролю у спорті. Контроль змагальної діяльності. Контроль тренувальних і змагальних навантажень.

Перелік питань з дисципліни

1. Мета і завдання дисципліни «Теорія та методики спортивного тренування». Її особливості.
2. Етапи багаторічної підготовки.
3. Адаптація в спортивній діяльності, механізм адаптації.
4. Явища деадаптації, реадаптації і переадаптації у спортсменів.
5. Психологічна підготовка.
6. Динаміка навантажень і співвідношення різних видів роботи у багаторічній підготовці.
7. Управління мотивацією спортсмена.
8. Структура тренувальних занять.
9. Зони потужності.
10. Фізична підготовка.
11. Вплив занять з навантаженням різної величини і спрямованості.
12. Принцип хвилеподібною динаміки навантажень.
13. Засоби та методи виховання сили.
14. Мікроцикл. Характеристика, основні фази.
15. Втома та відновлення в спорті.
16. Фактори, що обумовлюють прояви швидкості.
17. Тренованість, підготовленість, спортивна форма спортсмена.
18. Засоби та методи тактичної підготовки.
19. Структура системи підготовки спортсменів.
20. Адаптація м'язової тканини.
21. Види спортивних змагань.
22. Мета і завдання спортивної підготовки.
23. Регламентація і способи проведення змагань.
24. Контроль фізичної підготовленості спортсмена.
25. Структура та зміст системи підготовки спортсменів.
26. Стратегія і тактика змагальної діяльності.
27. Засоби та методи виховання витривалості.
28. Засоби спортивного тренування.
29. Спортивний відбір, етапи відбору.
30. Спритність і координаційні здібності спортсмена.
31. Методи спортивного тренування.
32. Спортивно - технічна підготовка, критерії спортивної техніки.
33. Завдання, засоби і методи розвитку координаційних здібностей.
34. Принцип безперервності тренувального процесу.
35. Спортивно - тактична підготовка.
36. Засоби і методи розвитку гнучкості.

37. Макроцикл. Характеристика, основні фази.
38. Тактичні знання, вміння, навички, мислення.
39. Методика розвитку гнучкості.
40. Поєднання мікроциклів в мезоциклах у спортсменів на ранніх етапах спортивного вдосконалення.
41. Об'єм і інтенсивність тренувальних навантажень.
42. Загальна і спеціальна тактична підготовка.
43. Спортивний відбір в процесі багаторічної підготовки.
44. Задачі спортивного тренування.
45. Характеристика змагального періоду макроцикла.
46. Загальна і спеціальна технічна підготовка.
47. Форми проведення тренувальних занять.
48. Зони потужності у спортивному тренуванні.
49. Вольова підготовка.
50. Механізм розвитку втоми при виконанні роботи різної інтенсивності.
51. Багаторічна підготовка та її структура.
52. Тактичні знання вміння і навички.
53. Втома і відновлення спортсмена в залежності від кваліфікації.
54. Активність тактичних дій.
55. Типи мезоциклів.
56. Управління змагальною діяльністю.
57. Багаторічна підготовка та її структура.
58. Методика розвитку максимальної сили.
59. Засоби спортивної підготовки.
60. Основи методики запобігання травми при розвитку фізичних якостей.
61. Визначення понять «спорт», «спортивна підготовка», «спортивне тренування».
62. Умови змагань, що впливають на змагальну діяльність спортсменів.
63. Принцип циклічності та безперервності підготовки спортсменів.
64. Структура та зміст системи підготовки спортсменів.
65. Формування термінової і довготривалої адаптації.
66. Методика розвитку «вибухової» сили.
67. Методи спортивної підготовки.
68. Методика розвитку здатності до довільного розслаблення м'язів.
69. Багаторічна підготовка та її структура.
70. Типи мезоциклів.
71. Критерії спортивної техніки.
72. Мета спортивної підготовки.
73. Особливості побудови річних макроциклів.
74. Реакція організму на змагальне навантаження.
75. Втома і відновлення у системі підготовки спортсменів.
76. Тривалість і структура макроцикла.
77. Методика розвитку загальної витривалості.
78. Принцип єдності загальної і спеціальної підготовки.
79. Спеціально-підготовчий етап підготовчого періоду.
80. Засоби спортивного тренування.

МОДУЛЬ 2.

«ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ»

Змістовий модуль 1. Теорія і методика викладання фізичного виховання у закладах вищої освіти

Тема 1. Теорія і методика викладання фізичного виховання, як навчальна дисципліна.

Вихідні поняття теорії і методики викладання фізичного виховання. Визначення понять: „викладання у закладі вищої освіти”, „фізичний розвиток”, „фізичне виховання”, „фізична культура”, „спорт”. Зв'язок теорії і методики викладання фізичного виховання у закладах вищої освіти з іншими навчальними дисциплінами.

Тема 2. Соціально-освітні та програмно-нормативні засади фізичного виховання студентів ЗВО

Фізична культура в системі підготовки спеціалістів в умовах вищої школи. Місце фізичного виховання в системі професійної освіти та виховання студентської молоді. Характеристика головних понять дисципліни „Методика викладання фізичного виховання у ЗВО”. Програмно-нормативне забезпечення фізичного виховання студентів ЗВО.

Тема 3. Мета, завдання та основи організації процесу фізичного виховання студентів ЗВО

Мета і завдання фізичного виховання студентів. Завдання позанавчальної роботи з фізичному виховання зі студентами. Особливості організації процесу фізичного виховання студентів. Організація навчальних занять з фізичного виховання в навчальних відділеннях ЗВО. Організація і зміст роботи кафедри, яка готує студентів ЗВО спеціальності 017 „Фізична культура і спорт”.

Тема 4. Форма організації теоретичних занять з фізичного виховання

Вимоги до проведення лекції з фізичного виховання. Склад лекції та її побудова. Завдання лекцій. Організація діяльності студентів на занятті. Підготовка до лекції. Моторна щільність лекції. Оцінка діяльності студентів на занятті. Класифікація лекцій.

Тема 5. Позаурочні форми занять з фізичного виховання

Форми занять в режимі навчального дня. Позакласні заняття фізичними вправами. Фізкультурно – спортивні свята. Удосконалення педагогічної майстерності.

Тема 6. Професійна діяльність викладача з фізичного виховання в умовах кредитно-модульної системи навчання у ЗВО.

Загальні положення про кредитно-модульну технологію з фізичного виховання і спорту ЗВО. Типові види навчально-методичних матеріалів у вищій

школі. Навчально-методичний комплекс. Організація аудиторної роботи зі студентами. Особливості діяльності викладача з фізичного виховання у ЗВО. Види діяльності викладача ЗВО. Структура та рівні діяльності викладача ЗВО.

Тема 7. Система планування навчального процесу з фізичного виховання процесу у ЗВО

Роль планування у процесі фізичного виховання студентів. Документи планування процесу фізичного виховання у ЗВО. Розділи педагогічного контролю у процесі фізичного виховання студентів.

Тема 8. Контроль та облік у процесі фізичного виховання студентів ЗВО

Поняття про сутність контролю, його компоненти. Функції контролю. Педагогічні вимоги до оцінювання навчальних досягнень студентів. Критерії оцінювання навчальних досягнень студентів. Форми контролю з фізичного виховання у ЗВО. Методи і форми контролю знань студентів. Облік та документи обліку у фізичному вихованні.

Змістовий модуль 2.

Основи методик навчання руховим діям та розвитку фізичних якостей. Планування та контроль у фізичному вихованні.

Тема 9. Рухові дії, як предмет навчання.

Методологічні основи процесу навчання руховим діям. Педагогічні основи процесу навчання руховим діям. Структура процесу навчання руховим діям.

Тема 10. Гнучкість та спритність, як рухові якості людини. Основи методик розвитку гнучкості.

Загальна характеристика гнучкості. Фактори, що зумовлюють прояв гнучкості. Основи методики розвитку гнучкості. Загальна характеристика спритності. Фактори, що зумовлюють прояв спритності. Основи методики розвитку спритності.

Тема 11. Методи, що застосовуються у фізичному вихованні.

Основні методи, що застосовуються у фізичному вихованні. Застосування основних методик навчання. Ефективність володіння спортивною технікою. Освоєність техніки.

Тема 12. Засоби фізичного виховання.

Характеристика основних засобів фізичного виховання. Технічні засоби у фізичному вихованні.

Тема 13. Навантаження та відпочинок як компоненти виконання фізичних вправ.

Розкрити основні поняття навантаження на організм під час виконання фізичних вправ та охарактеризувати відпочинок, як компонент виконання фізичних вправ. Активні та пасивні фізичні вправи.

Тема 14. Основи методик навчання руховим діям у фізичному вихованні та розвиток фізичних якостей людини.

Сформулювати та дати характеристику основних методик навчання руховим діям, які використовуються у фізичному вихованні та розкрити розвиток фізичних якостей людини.

Тема 15. Планування та контроль у фізичному вихованні.

Засвоєння поняття фізичні якості людини та основ методик їх розвитку; формування знань з питань організаційних форм та сучасних методів планування та контролю процесу занять фізичними вправами.

Перелік питань з дисципліни

1. Об'єкт і предмет вивчення теорії і методики викладання фізичного виховання.
2. Зв'язок теорії і методики викладання фізичного виховання у закладах вищої освіти з іншими навчальними дисциплінами.
 1. Фізична культура в системі підготовки спеціалістів в умовах вищої школи.
 2. Місце фізичного виховання в системі професійної освіти та виховання студентської молоді.
 3. Характеристика головних понять дисципліни „Методика викладання фізичного виховання у ЗВО”.
 4. Програмно-нормативне забезпечення фізичного виховання студентів ЗВО.
 5. Мета і завдання фізичного виховання студентів.
 6. Завдання позанавчальної роботи з фізичному виховання зі студентами.
 7. Особливості організації процесу фізичного виховання студентів.
 8. Організація навчальних занять з фізичного виховання в навчальних відділеннях ЗВО.
 9. Організація і зміст роботи кафедри, яка готує студентів ЗВО спеціальності 017 „Фізична культура і спорт”.
 10. Вимоги до проведення лекції з фізичного виховання.
 11. Склад лекції з фізичного виховання та її побудова.
 12. Завдання лекцій з фізичного виховання.
 13. Організація діяльності студентів на занятті з фізичного виховання.
 14. Підготовка до лекції з фізичного виховання.
 15. Моторна щільність лекції з фізичного виховання.
 16. Оцінка діяльності студентів на занятті з фізичного виховання.
 17. Класифікація лекцій з фізичного виховання.
 18. Форми занять в режимі навчального дня.
 19. Позакласні заняття фізичними вправами.
 20. Фізкультурно – спортивні свята.
 21. Удосконалення педагогічної майстерності.
 22. Загальні положення про кредитно-модульну технологію з фізичного виховання і спорту ЗВО.

23. Типові види навчально-методичних матеріалів з фізичного виховання у вищій школі.
24. Навчально-методичний комплекс дисциплін з фізичного виховання.
25. Організація аудиторної роботи з фізичного виховання зі студентами.
26. Особливості діяльності викладача з фізичного виховання у ЗВО.
27. Види діяльності викладача з фізичного виховання у ЗВО.
28. Структура та рівні діяльності викладача з фізичного виховання у ЗВО.
29. Роль планування у процесі фізичного виховання студентів.
30. Документи планування процесу фізичного виховання у ЗВО.
31. Розділи педагогічного контролю у процесі фізичного виховання студентів.
32. Поняття про сутність контролю у фізичному вихованні, його компоненти.
33. Функції контролю у фізичному вихованні.
34. Педагогічні вимоги до оцінювання навчальних досягнень студентів з фізичного виховання.
35. Критерії оцінювання навчальних досягнень студентів з фізичного виховання.
36. Форми контролю з фізичного виховання у ЗВО.
37. Методи і форми контролю знань студентів з фізичного виховання.
38. Облік та документи обліку у фізичному вихованні.
39. Особливості проведення спартакіади у вищому навчальному закладі.
40. Особливості проведення лекцій зі спортивних дисциплін.
41. Методологічні основи процесу навчання руховим діям.
42. Педагогічні основи процесу навчання руховим діям.
43. Структура процесу навчання руховим діям.
44. Загальна характеристика гнучкості.
45. Фактори, що зумовлюють прояв гнучкості.
46. Основи методики розвитку гнучкості.
47. Загальна характеристика спритності.
48. Фактори, що зумовлюють прояв спритності.
49. Основи методики розвитку спритності.
50. Основні методи, що застосовуються у фізичному вихованні.
51. Застосування основних методик навчання.
52. Ефективність володіння спортивною технікою.
53. Характеристика основних засобів фізичного виховання.
54. Технічні засоби у фізичному вихованні.
55. Поняття навантаження на організм під час виконання фізичних вправ
56. Характеристика відпочинку, як компоненту виконання фізичних вправ.
57. Активні та пасивні фізичні вправи.
58. Характеристика основних методик навчання руховим діям, які використовуються у фізичному вихованні.
59. Фізичні якості людини та основи методик їх розвитку.
60. Організаційні форми та сучасні методи планування та контролю процесу занять фізичними вправами.

МОДУЛЬ 3. **«ПЕДАГОГІЧНА МАЙСТЕРНІСТЬ ТРЕНЕРА»**

Змістовий модуль 1. Особливості педагогічної діяльності тренера в процесі роботи зі спортсменами.

Тема 1. Критерії педагогічної майстерності і передумови підвищення ефективності діяльності тренера

Складники професійної майстерності та структура діяльності тренера.

Критерії педагогічної майстерності. Вимоги до діяльності тренера .

Управлінські відносини в організаційно-масовій роботі на різних рівнях. Методологія та методи наукових досліджень проблем організаційно-масової роботи з фізичної культури і спорту. Суспільна значущість професії педагога, його функції. Поняття педагогічної діяльності. Змістова характеристика основних компонентів професійної діяльності: мета діяльності, суб'єкт, об'єкт діяльності, засоби діяльності; результати діяльності (рівень сформованості необхідних рис та якостей особистості).

Тема 2. Функціональні обов'язки тренера.

Загально педагогічні функції. Специфічні функції тренера. Формування та прийняття управлінських рішень. Облік та звітність. Підведення підсумків діяльності, формування звітних документів (матеріалів). Організація діловодства. Методика комплексної перевірки діяльності спортивного клубу (підприємства) стосовно сфери фізичної культури і спорту.

Тема 3. Структура діяльності тренера.

Компоненти діяльності тренера: проектувальний, конструктивний, організаторський, комунікативний і гностичний. Організаційно-управлінська робота. Загальна характеристика організаційно-масової роботи з фізичної культури і спорту. Методика складання плану масових фізкультурно-спортивних заходів закладів різних організаційно-штатних форм. Проведення ділових нарад, звітних конференцій, урочистих зборів. Структура педагогічних здібностей: перцептивні, організаторські, комунікативні, дидактичні, сугестивні, конструктивні, академічні, експресивні. Педагогічна культура. Педагогічний такт та його складові. Вимоги педагогічного такту.

Тема 4. Індивідуальний підхід у навчанні і вихованні юних спортсменів.

Індивідуальний підхід у навчанні як захід педагогічного впливу. Розвиток спортивної активності з урахуванням індивідуальності спортсмена. Модель індивідуалізації виховання юного спортсмена . Виховання здорового способу життя юного спортсмена . Виховання морально-вольових якостей. Поняття педагогічного спілкування його види, цілі та функції. Структура педагогічного спілкування. Суб'єкт-суб'єктне спілкування, принципи педагогічного спілкування. Стилі педагогічного спілкування (авторитарний, демократичний, ліберальний). Умови ефективності професійного мовлення тренера.

Змістовий модуль 2.

Індивідуалізація педагогічного процесу в роботі тренера

Тема 5. Модель індивідуалізації виховання юного спортсмена.

Завдання державних органів управління та органів місцевого самоврядування щодо розвитку масовості у сфері фізичної культури і спорту. Організаційно-штатні структури. Організаторська діяльність управлінь (відділів, секторів). Методика складання календарних планів. Особливості діяльності громадських організацій сфери фізичної культури і спорту (фізкультурно-спортивні товариства, федерації, трудові колективи) щодо її подальшого розвитку. Управління оглядами та конкурсами з фізичної культури і спорту.

Тема 6. Вдосконалення фізичних якостей спортсмена

Організація тренувального процесу. Вдосконалення фізичних якостей спортсмена. Підготовка спортсмена до змагань. Основи психічної підготовки і психофізіологічна діагностика спортивних здібностей. Невербальні засоби – статична експресія, динамічна експресія.; міжособистісний простір – дистанція, розміщення учасників спілкування; часові характеристики спілкування. Вербальні засоби - заохочувальні висловлювання, діалогізація мовлення, різноманітне використання інтонаційно-просодичних засобів, створення ефективної вербальної комунікації.

Тема 7. Педагогічні здібності тренера, їх значення і зміст.

Роль тренера в підготовці спортсмена. Педагогічні здібності тренера. Загальні ознаки професіоналізму тренера. Поняття педагогічної техніки та її види: зовнішня та внутрішня. Внутрішня техніка: концентрація розумових та фізичних сил педагога на досягненні дидактичної та виховної мети; механізми налаштування педагога, зняття зайвого напруження; розподіл уваги (велике, середнє, мале коло); створення творчої ділової атмосфери в аудиторії.

Тема 8. Особисті якості тренера-викладача.

Тренер-як керівник навчально-тренувального процесу. Особистість тренера. Тренування як творчій процес. Педагогічна система «тренер-спортивний колектив». Особливості спілкування з колегами, спортсменами, суддями. Особливості спілкування з батьками. Зміст педагогічної майстерності тренера. Елементи педагогічної майстерності: гуманістична спрямованість, професійна компетентність, педагогічна техніка, педагогічний такт, педагогічна творчість (креативність), мовна культура. Професійно важливі якості тренера.

Перелік питань з дисципліни

1. Предмет та задачі вивчення дисципліни, зв'язок з іншими дисциплінами. Визначте поняття педагогічної майстерності, її критерії та рівні.
2. Охарактеризуйте структурні елементи педагогічного спілкування за Волковою Н.П.
3. Проаналізуйте прогностичні і уміння, як критерій педагогічної майстерності.

4. Розкрийте особливості вимог до мовленнєвої культури викладача.
5. Розкрийте сутність авторських педагогічних розробок.
6. Проаналізуйте мобілізаційні уміння, як критерій педагогічної майстерності.
7. Розкрийте особливості застосування психотехніки в педагогічному процесі.
8. Розкрийте значення артистизму викладача у педагогічній діяльності.
9. Проаналізуйте інформаційні уміння, як критерій педагогічної майстерності.
10. Проаналізуйте види педагогічних здібностей.
11. Проаналізуйте аналітичні уміння, як критерій педагогічної майстерності.
12. Розкрийте основні вимоги до усного мовлення.
13. Розкрийте механізми міжособистісного сприйняття, що сприяють підвищенню ефективності педагогічного спілкування.
14. Проаналізуйте роль педагогічної культури в процесі навчання.
15. Визначте способи формування педагогічних і артистичних здібностей.
16. Проаналізуйте орієнтаційні уміння, як критерій педагогічної майстерності.
17. Охарактеризуйте педагогічний такт та його складові.
18. Проаналізуйте елементи професійної компетентності викладача.
19. Розкрийте структуру комунікативного впливу.
20. Розкрийте значення іміджу викладача в педагогічному середовищі.
21. Проаналізуйте рефлексивні уміння, як критерій педагогічної майстерності.
22. Розкрийте зміст прийомів привертання та утримання уваги.
23. Проаналізуйте організаційні уміння, як критерій педагогічної майстерності.
24. Розкрийте сутність механізмів міжособистісного сприйняття в педагогічному процесі.
25. Проаналізуйте розвивальні уміння, як критерій педагогічної майстерності.
26. Розкрийте особливості соціально-перцептивних стереотипів, що виникають в педагогічному спілкуванні у процесі міжособистісного сприйняття.
27. Охарактеризуйте уміння, що є складовими моделі професійної компетентності викладача.
28. Проаналізуйте значення культури і техніки рухів педагога під час педагогічного процесу.
29. Розкрийте особливості вияву педагогічної техніки.
30. Розкрийте роль і місце стереотипів у міжособистісному пізнанні під час педагогічного процесу.
31. Розкрийте сутність поняття стиль педагогічного спілкування. Види педагогічного спілкування.
32. Проаналізуйте основні вимоги педагогічного такту.
33. Визначте комунікативні типи особистості за класифікацією В. Сатира.
34. Охарактеризуйте стилі педагогічного спілкування за В. Кан-Каліком.

35. Визначте чинники соціально-перцептивних спотворень, які заважають викладачеві правильно сприймати та оцінювати студентів.
36. Охарактеризуйте стилі педагогічного спілкування за К. Левінім.
37. Проаналізуйте типи поведінки викладачів за Д. Райенсом.
38. Розкрийте сутність принципів і технологій утворення іміджу.
39. Охарактеризуйте стилі педагогічного спілкування за М. Березовіним, Я. Коломінським.
40. Охарактеризуйте комунікативну поведінку викладача та одну з типологій.
41. Проаналізуйте рефлексивні уміння, як критерій педагогічної майстерності.
42. Визначте стилі педагогічного спілкування за С. Вовченко.
43. Проаналізуйте типи поведінки викладачів та відповідні моделі спілкування за А. Петровським.
44. Розкрийте основні вимоги педагогічного такту.
45. Охарактеризуйте компоненти педагогічної майстерності викладача.
46. Охарактеризуйте стилі педагогічного спілкування за А. Марковою, Л. Мітіною.
47. Розкрийте особливості вияву педагогічної техніки.
48. Визначте стилі педагогічного спілкування за В. Латиновим.
49. Визначте особливості моделей спілкування за В. Кан-Каліком та І. Юсуповим.
50. Визначте, ролі які виконує викладач під час педагогічного спілкування.

ЗРАЗОК БІЛЕТУ ДО КОМПЛЕКСНОГО АТЕСТАЦІЙНОГО ЕКЗАМЕНУ

Відкритий міжнародний університет розвитку людини „Україна”

Хмельницький інститут соціальних технологій

Кафедра фізичної терапії, ерготерапії, фізичної культури і спорту

Освітній ступінь: магістр

Усі спеціальності: 017 „Фізична культура і спорт”

Семестр: 3

ЕКЗАМЕНАЦІЙНИЙ БІЛЕТ КОМПЛЕКСНОГО АТЕСТАЦІЙНОГО ЕКЗАМЕНУ № 1

1. Предмет та задачі вивчення дисципліни, зв'язок з іншими дисциплінами
2. Проаналізуйте види педагогічних здібностей.
3. Охарактеризуйте стилі педагогічного спілкування за М. Березовіним, Я. Коломінським.

Затверджено на засіданні кафедри фізичної терапії, ерготерапії, фізичної культури і спорту Протокол №1 від „02” вересня 2019 року.

Завідувач кафедри

_____ (підпис)

Л.С. Кравчук

(ПІБ)

Екзаменатори

**Загальна оцінка комплексного екзамену:
шкала оцінювання національна та ECTS**

Оцінка за 100-бальною системою		Оцінка за національною шкалою	Оцінка за шкалою ECTS	
		екзамен		
90 – 100	<i>відмінно</i>	5	A	<i>відмінно</i>
82 – 89	<i>добре</i>	4	B	<i>добре (дуже добре)</i>
75 – 81	<i>добре</i>	4	C	<i>добре</i>
64 – 74	<i>задовільно</i>	3	D	<i>задовільно</i>
60 – 63	<i>задовільно</i>	3	E	<i>задовільно (достатньо)</i>
35 – 59	<i>незадовільно</i>	2	FX	<i>незадовільно з можливістю повторного складання</i>
1 – 34	<i>незадовільно</i>	2	F	<i>незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни</i>

Методичне забезпечення

1. Опорні конспекти лекцій з навчальних дисциплін.
2. Глосарій по дисципліні.
3. Навчально-методичний комплекс з дисциплін розміщений на платформі Moodle.
4. Питання до комплексного атестаційного екзамену.

Рекомендована література

Основна:

1. Іващенко В. П., Безкопильний О. П. Теорія і методика фізичного виховання. Ч. 1. : підручник для студентів вищих навчальних закладів. Черкаси: Видавництво ЦНТЕІ, 2005. 420 с.
2. Іващенко В. П., Безкопильний О. П. Теорія і методика фізичного виховання. Ч. 2. : підручник для студентів вищих навчальних закладів. Черкаси: Видавництво ЦНТЕІ, 2006. 420 с.
3. Костюкевич В. М. Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту) : навчальний посібник. Вінниця : Планер, 2014. 616 с.
4. Микіч М. С. Система спортивної підготовки легкоатлетів : сучасний погляд : навчально-методичний посібник. Львів, 2005. 41 с.
5. Мороз М. С., Микіч М. С. Система спортивної підготовки легкоатлетів : сучасний погляд : навчальний посібник. Луцьк. 2005. 42 с.
6. Педагогічна майстерність учителя фізичної культури : навчальний посібник / Випасняк І. П., Ковальчук Г. А., Презлята Г. В., Фотуйма О. Я. ; за заг. ред. Г. В. Презлятої. Івано-Франківськ : Підприємство «ЦСТПРІ «ІНІН» ВОІ «СОІУ», 2011. 314 с.
7. Петровська Т. В. Майстерність спортивного педагога. Київ: Вид-во НУФСУ «Олімпійська література», 2012. 184 с.

8. Прокопова Л. І., Лоза Т. О., Гвоздецька С. В. Навчально-методичний комплекс з дисципліни теорія і методика фізичного виховання / для студентів спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура) : Навчально-методичний посібник. Суми : СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2019. 260 с.

Додаткова

1. Диференціація фізичної підготовки спортсменів : монографія / авт. кол. : Линець М. М., Чичкан О. А., Хіменес Х. Р. та ін. ; за заг. ред. М. М. Линця. Львів : ЛДУФК, 2017. 304 с.

2. Дубинська О. Я. Курс лекцій з теорії фізичної культури, фізичне виховання різних груп населення : навч.-метод. посіб. складено відповідно до освітньо-професійної програми підготовки магістрів напряму 8.010201 «Фізичне виховання», спеціальності 8.01020101 «Фізичне виховання» Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2013. 248 с.

3. Загальна теорія підготовки спортсменів : курс лекцій і практикум : навч.-метод. посіб. для студентів галузі знань 0102 «Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини» / О. М. Бурла та ін. Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2016. 2-е вид., випр. і доп. 184 с.

4. Костюкевич В.М. Теорія і методика тренування спортсменів високої кваліфікації : навчальний посібник. Вінниця: «Планер», 2007. 273 с.

5. Маляр Е. І., Маляр Н. С. Загальна теорія підготовки спортсменів : методичні рекомендації. Тернопіль, ТНЕУ : Економічна думка, 2019. 73 с.

6. Олійник М.О. Моделювання техніко-тактичних дій кваліфікованих волейболістів у ЗВО: навч. посіб. Запоріжжя : ЗДМУ, 2018. 78 с.

7. Петровська Т. Формування педагогічної майстерності спортивного педагога на етапах професійного становлення. URL <https://core.ac.uk/download/pdf/153587041.pdf> (дата звернення 03.09.2019)

8. Пітин М. П. Педагогічна діяльність тренера : лекція з навчальної дисципліни „Професійна майстерність тренера” / Львівський державний університет фізичної культури. Львів, 2015. 12 с.

9. Тулайдан В.Г., Тулайдан Ю.Т. Практикум з теорії і методики фізичного виховання. Львів, «Фест-Прінт». 2017. 179 с.

10. Шиян Б.М., Папуша В.Г. Теорія фізичного виховання. Тернопіль: Збруч, 2000. 183 с.

11. Юшко О., Борейко Н., Азаренкова Л. Технологія формування педагогічної майстерності у майбутніх тренерів. *Витоки педагогічної майстерності*. 2018. Випуск 22. С. 218–223.

Інформаційні ресурси

1. <http://www.nbu.gov.ua>
2. <http://sportstalker.org>
3. <http://irbis-nbu.gov.ua>
4. <http://fizvosp.org.ua>
5. <http://librar.org.ua/sections>
6. <http://prott.com.ua/index>