

СХВАЛЕНО

Вченою радою Центральноукраїнського державного університету імені Володимира Винниченка (протокол № 5 від «01» грудня 2025р.)



ПРЕЗИДЕНТСТВО  
Декан Центральноукраїнського державного університету імені Володимира Винниченка

Євген СОБОЛЬ

## Програма підвищення кваліфікації тренерів (тренерів-викладачів) та інших фахівців у сфері фізичної культури і спорту за спеціальністю А7 Фізична культура і спорт

Складники програми	Зміст програми
Назва програми	<b>Сучасні підходи професійного вдосконалення тренерів (з обраного виду спорту)</b>
Розробники	Згідно наказу ЦДПУ ім В.Винниченка № 157-ун від 20 жовтня 2021 року 1. Бабаліч Вікторія Анатоліївна, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії та методики олімпійського і професійного спорту 2. Собко Наталія Григорівна, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри теорії та методики олімпійського і професійного спорту 3. Маленюк Тетяна Володимирівна, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри теорії та методики олімпійського і професійного спорту
Напрямок (найменування)	Оволодіння, оновлення та поглиблення спеціальних фахових, викладацьких, психологічних, науково-методичних, управлінських, правових, соціально-гуманітарних знань, вивчення вітчизняного та зарубіжного досвіду у сфері фізичної культури і спорту, що сприятиме якісному виконанню фахівцями своїх посадових обов'язків
Форми підвищення кваліфікації	Очна/дистанційна, Google Workspace for Education
Вид підвищення кваліфікації	Навчання за програмою підвищення кваліфікації
Цільова аудиторія	Вища освіта. Тренера, тренера-викладачі та інші фахівців у сфері фізичної культури.
Мета програми	Розвиток професійних компетентностей тренера та фахівців, що полягає в оновленні та вдосконаленні їхнього освітнього рівня та професійної підготовки шляхом поглиблення і розширення спеціальних знань, вмінь, необхідних для ефективного виконання ними посадових (функціональних) обов'язків з урахуванням перспектив їх професійного зростання в межах спеціальності.
Зміст програми (анотація)	У програмі акцент робиться на підготовку конкурентоспроможного фахівця з напряму тренер-викладач, формування у здобувачів здатності розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми в процесі професійної діяльності у сфері фізичної культури і спорту, що передбачає застосування відповідних теорій та методів і характеризується комплексністю та невизначеністю умов.

Досягнення поставленої мети передбачає виконання таких **завдань**:

1. Оволодіння, оновлення та поглиблення спеціальних фахових, викладацьких, психологічних, науково-методичних, управлінських, правових, соціально-гуманітарних знань, вивчення вітчизняного та зарубіжного досвіду у сфері фізичної культури і спорту, що сприятиме якісному виконанню ними своїх посадових обов'язків.

2. Ознайомлення з інноваційними формами професійного розвитку тренерів (тренерів-викладачів) та інших фахівців у сфері фізичної культури і спорту.

3. Забезпечення розуміння основних напрямів розвитку галузі фізичної культури і спорту в Україні і світі.

#### **Зміст програми**

Відповідно до статті 49 Закону України «Про фізичну культуру і спорт», підпункту 28 пункту 4 та пункту 8 Положення про Міністерство молоді та спорту України, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 02 липня 2014 року № 220 (із змінами), затверджено Положення підвищення кваліфікації тренерів (тренерів-викладачів) та інших фахівців у сфері фізичної культури і спорту, у закладах вищої освіти запроваджено курси підвищення кваліфікації за спеціальністю А7 Фізичної культури і спорту. Основною метою, яких є вдосконалення знань, вмінь тренерів (тренерів-викладачів) та інших фахівців у сфері фізичної культури і спорту, необхідних для ефективного здійснення професійної діяльності.

Програма сфокусована на оновленні знань тренерів та фахівців, поєднує практичну спрямованість навчання та вдосконалення професійних компетентностей для забезпечення якісної та ефективної діяльності в галузі фізичного виховання і спорту, що забезпечується представленими в навчально-тематичному плані освітніми компонентами.

Програма складається з блоків: загальний, фаховий, вибірковий та діагностико-аналітичний. Загальний блок представлений компонентами, що оновлюють, розширюють знання щодо соціально-правових основ сучасного спорту та використання засобів психологічного впливу тренера у процесі підготовки та участі спортсменів у змаганнях. Фаховий блок орієнтований поглибити знання щодо теоретичних та методологічних аспектів сучасної підготовки спортсменів. Вибірковий дає право слухачу обрати ту дисципліну, яка на його думку доповнить або покращить його професійні компетентності. Діагностико-аналітичний є критерієм перевірки сформованих компетентностей слухача курсів підвищення кваліфікації.

Програму укладено за такими темами:

#### **Тема 1. Психологічний тренінг у професійній діяльності тренера**

Дисципліна «Психологічний тренінг у професійній діяльності тренера» викладається у процесі здійснення підвищення кваліфікації тренерів, професійна діяльність яких потребує психологічних знань щодо вирішення професійних задач спортивної підготовки вихованців та оптимізації власної професійної діяльності.

Предметом вивчення курсу є психологічні особливості

оптимізації тренерської діяльності, використання засобів психологічного впливу тренера у процесі підготовки та участі спортсменів у змаганнях, психологічні механізми налагодження конструктивних взаємин тренера та його вихованців.

Програма дисципліни включає такі змістові частини та наповнення їх відповідним контентом:

Теоретичні основ и психологічного тренінгу у професійній діяльності тренера: Проблема психологічного забезпечення професійної діяльності тренера; Психологічний тренінг як дієвий метод розвитку професійних і особистісних якостей тренера; Роль психологічної компетентності тренера у його взаємодії з вихованцями.

Впровадження психологічного тренінгу у професійній діяльності тренера:

Застосування методів психорегуляції при відновленні працездатності тренерів і спортсменів; Практичні аспекти психологічної підготовки спортсменів до змагань; Використання засобів психологічного впливу тренера на спортсменів під час змагань; Вправи для вдосконалення психологічних установок та когнітивних навичок тренерів і спортсменів.

### **Тема 2. Соціально-правові основи сучасного спорту**

Соціально-правові основи сучасного спорту – це комплексна навчальна і наукова дисципліна, яка спрямована на оволодіння майбутніми фахівцями спеціальними знаннями про правові та суспільні засади сучасної спортивної діяльності, покликана прищепити студентам усвідомлення необхідності законності в професійній діяльності, підвищення рівня охорони праці під час спортивних заходів та недопущення неправомірної поведінки.

Мета: скласти системне уявлення про правове регулювання сучасного спорту, про механізми взаємодії фізкультурно-спортивних організацій різних організаційно-правових форм, про їх діяльність як суб'єктів національного права; про державні і соціальні гарантії прав фахівців фізичної культури та спорту, професійних спортсменів. Сприяти формуванню правової культури магістрів, підвищенню рівня їх компетентності в області правового регулювання спортивної діяльності.

### **Тема 3. Спортивне харчування в ергогенному забезпеченні підготовки спортсменів**

Сучасні підходи до спортивного харчування: теоретичні основи і прикладні аспекти.

Структура харчування і класифікація продуктів, види поживних речовин та їхня характеристика.

Засоби і структура ергогенного спортивного харчування, програмний підхід в ергогенному забезпеченні підготовки спортсменів, типові програми ергогенного забезпечення.

Спортивне харчування в структурі річного циклу підготовки.

Підтримка водно-електролітного балансу організму та режим споживання рідини при навантаженнях.

Програма оптимізації стану гепатобіліарної системи.

Програма харчування в залежності від розвитку певних фізичних якостей і регуляції маси тіла.

Програма харчування і фармакологічна підтримка для стимуляції еритропоезу, імуномодуляції, антиоксидантного захисту організму, підвищення стійкості організму до

навантаження гіпоксією, захисту організму від стресу (стрес-протекція), корекції гострого десинхронозу, хондропротекції.

#### **Тема 4. Сучасні тенденції розвитку спорту**

Стратегія розвитку фізичної культури і спорту України до 2028 року.

Про Стратегію. Проблематика та обґрунтування змін. Мета впровадження Стратегії. Вектор – підвищення рівня фізичної активності. Вектор – якісні зміни в спорті вищих досягнень. Вектор – розвиток спортивної інфраструктури. Вектор – діджиталізація сфери фізичної культури і спорту. Вектор – оптимізація кадрового забезпечення сфери фізичної культури і спорту. Ефект від реалізації Стратегії. Нормативно-правове, організаційне, кадрове та матеріально-технічне забезпечення.

Глобалізація сучасного спорту. Визначення поняття «глобалізація».

Глобалізація: тенденції інтеграції, універсалізації та поляризації сучасного світу. Спорту в умовах глобалізації. Глобалізація в сучасному світі та її вплив на спорт вищих досягнень. Глобалізація і професійний спорт. Глобалізація та її вплив на функціонування системи організації та управління сучасними видами спорту (гандбол, футболу). Актуальні завдання державної політики України у сфері фізичної культури та спорту в умовах глобалізації та євроінтеграції. Організаційно-правові основи функціонування спорту в Україні та їх особливості під впливом глобалізації. Система організації та управління спортом в Україні в умовах глобалізації. Формування концепції спортивного менеджменту в умовах глобалізації

Сучасні підходи до організації міжнародних комплексних змагань.

Організація та проведення Олімпійських ігор. Місце проведення Олімпійських ігор. Утворення Організаційного комітету Олімпійських ігор – ОКОІ. Основні напрями діяльності МОК при підготовці і проведенні Олімпійських ігор. Основні напрями діяльності МСФ при підготовці і проведенні Олімпійських ігор. Діяльність НОКів при підготовці і проведенні Олімпійських ігор. Проведення всесвітніх ігор і формування програм спортивних змагань.

#### **Тема 5. Надання першої долікарської допомоги у процесі занять фізичною культурою і спортом. Гігієна спортсмена.**

Оцінка загального стану спортсмена. Принципи надання першої допомоги. Правовий аспект надання долікарської допомоги. Алгоритм надання долікарської допомоги. Засоби першої допомоги. Ознаки життя і смерті. Штучне дихання та непрямий масаж серця. Перша долікарська допомога при кровотечах, травмах, переломах, опіках, обмороженнях, отруєннях. Питання загальної та особистої гігієни спортсмена.

#### **Тема 6. Основи підприємницької діяльності у фізичній культурі і спорті.**

Дисципліна спрямована на вивчення основних теоретичних та практичних питань, пов'язаних з підприємницькою діяльністю у сфері фізичної культури і спорту в Україні. А саме: зміст та сутність підприємницької діяльності в сучасних умовах; основні засади державного регулювання підприємницької діяльності в Україні; види та форми підприємницької діяльності; порядок

реєстрації суб'єктів бізнесу, зміст основних установчих та реєстраційних документів; основні засади державної податкової політики щодо оподаткування підприємницької діяльності; пошук підприємницьких ідей; розрахунок розміру податків за спрощеною системою оподаткування суб'єктів малого бізнесу.

#### **Тема 7. Теоретико-методичні та організаційні аспекти підготовки спортсменів.**

Система багаторічної підготовки спортсменів: Структура і методика побудови програми тренувальних занять; Побудова програм мікроциклів;

Побудова програм мезоциклів; Основи побудови підготовки спортсменів упродовж року (річні цикли тренування); Основи підготовки спортсменів у процесі багаторічного удосконалення.

Система спортивної підготовки: Спортивна підготовка як педагогічна система комплексного впливу; Навантаження, втома, відновлення та адаптація у спортивному тренуванні; Види спортивної підготовки (технічна підготовка; тактична підготовка; фізична підготовка; психологічна підготовка; теоретична підготовка; інтегральна підготовка.

Управління тренувальною і змагальною діяльністю спортсменів. Управління процесом підготовки спортсменів. Контроль як базовий елемент управління.

#### **Тема 8. Сучасні технології будівництва та експлуатації спортивних споруд**

Спрямована на надання знань про матеріально-технічне забезпечення підготовки спортсменів. Адже, розвиток фізичної культури і спорту неможливий без належної матеріально-технічної бази. Для того щоб спортсмени показували високі результати необхідні сучасні спортивні споруди та високоякісне обладнання.

Основними завданнями навчальної дисципліни є надання знань з основ будівництва відкритих спортивних споруд (технологічна послідовність організації робіт на будівельному майданчику), а також їх експлуатації (основні розміри, розмітка, обладнання, гігієна, техніка безпеки тощо).

#### **Тема 9. Основи наукових досліджень у фізичній культурі і спорті.**

Спортивна наука у професійній діяльності сучасного тренера. Проблематика науково-методичних розвідок творчо працюючих тренерів. Методи отримання інформації, що використовується в процесі професійної діяльності тренера (характеристики та технології застосування методів опитування, тестування, спостереження, функціонального контролю педагогічного експерименту). Методика пошуку, збору та аналізу інформаційних джерел з питань, що цікавлять тренера. Верифікація отриманої інформації.

#### **Тема 10. Реалізація принципів інклюзивної освіти у спорті**

Діяльність спортивної школи, бази спортивної підготовки щодо розбудови інклюзивного освітнього середовища.

Організація і забезпечення професійного розвитку тренерських кадрів в умовах інклюзивного підходу до організації спортивної підготовки.

Основні цінності та рамки компетентностей для тренерів, що дотримуються принципів інклюзивного підходу до спортивної підготовки вихованців.

	<p>Узгодження програм підготовки вихованців з особливими потребами та вихованців нормо типового розвитку.</p> <p>Формування культури прийняття індивідуальних особливостей своїх однолітків нормотиповими вихованцями.</p> <p>Формування середовища закладів спортивної підготовки на принципах недискримінації, врахування багатоманітності людини, ефективної участі й діяльності в процесі спортивної підготовки всіх його учасників.</p> <p>Приведення території закладу, будівель та приміщень у відповідність із вимогами державних будівельних норм щодо закладів спортивно-педагогічного спрямування та інклюзивності.</p> <p>Облаштування ресурсного приміщення для спортсменів різної спеціалізації.</p> <p><b>Тема 11. Мовленнєвий імідж тренера</b></p> <p>Імідж людини. Роль вербальних і невербальних засобів мовленнєвої культури у формуванні іміджу. Види іміджу. Структура мовленнєвого іміджу. Імідж спорту як соціокультурний феномен. Мовленнєвий імідж тренера як суб'єкта спортивної діяльності. Комунікативні якості мовлення в структурі позитивного вербального іміджу тренера. Вербальні засоби формування іміджу тренера. Невербальна комунікація у взаємодії тренера й спортсмена. Спілкування в спорті як лінгво-культурне явище. Роль спілкування тренера зі спортсменами. Стилї та стратегії спілкування тренера.</p> <p><b>Тема 12. Педагогіка спорту</b></p> <p>Стан наукової розробки педагогічних проблем спорту. Педагогіка спорту в системі наукового знання. Характеристика теорії спорту.</p> <p>Спорт як засіб військово-фізичної підготовки, ідеологічного та морального виховання на різних етапах розвитку суспільства.</p> <p>Формування елементів сучасного фізичного виховання у другій половині XIX ст. Становлення фізичної культури і спорту у період від початку XX ст. до сучасності.</p> <p>Проблеми виховання у спорті вищих досягнень. Система моральних відносин у спорті. Принципи спортивної етики. Естетичне виховання у спорті. Розумове, трудове і патріотичне виховання засобами фізичної культури і спорту.</p> <p>Олімпійська освіта в Україні.</p>
Обсяг програми (тривалість)	75 годин (2,5 кредити ЄКТС) (14 робочих днів)
Перелік компетентностей, що вдосконалюватимуться/набуватимуться (загальні, фахові).	<p><b>Загальні (ЗК):</b></p> <p><b>ЗК 1.</b> Здатність планувати та управляти часом.</p> <p><b>ЗК 2.</b> Вільно користується українською та іноземною мовами як засобом ділового спілкування.</p> <p><b>ЗК 3.</b> Здатність самостійно здобувати за допомогою інформаційних технологій і використовувати в практичній діяльності нові знання і вміння, в тому числі в нових галузях знань, безпосередньо не пов'язаних зі сферою діяльності.</p> <p><b>ЗК 4.</b> Здатність проведення досліджень на відповідному рівні, пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.</p> <p><b>ЗК 5.</b> Здатність впливати на формування цілей команди, її соціально-психологічний клімат в потрібному для досягнення цілей напрямку.</p> <p><b>ЗК 6.</b> Здатність до ефективної міжособистісної взаємодії у</p>

процесі професійної діяльності з урахуванням загальнолюдських і національних цінностей.

**ЗК 7.** Навички здійснення безпечної діяльності в умовах професії.

**ЗК 8.** Прагнення до збереження навколишнього середовища, реалізації концепції сталого розвитку людства.

**ЗК 9.** Здатність удосконалювати і розвивати свій інтелектуальний і загальнокультурний рівень, домагатися морального і фізичного вдосконалення своєї особистості.

**ЗК 10.** Здатність приймати нестандартні рішення.

**ЗК 11.** Здатність вирішувати проблемні ситуації.

**ЗК 12.** Готовність брати на себе відповідальність за свої рішення в рамках професійної компетенції.

**ЗК 13.** Усвідомлює основні проблеми своєї предметної області, при вирішенні яких виникає необхідність в складних задачах вибору, що вимагають використання кількісних і якісних методів.

**ЗК 14.** Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.

#### **Фахові (ФК):**

**ФК 1.** Цілісне уявлення про сучасну теорію і методики підготовки спортсменів різної кваліфікації.

**ФК 2.** Спроможність застосовувати досягнення сучасної науки в ході аналізу процесу підготовки спортсменів.

**ФК 3.** Здатність вирішувати нестандартні проблеми в процесі підготовки спортсменів.

**ФК 4.** Здатність управляти своїм фізичним і психічним станом з метою результативності тренерської діяльності.

**ФК 5.** Володіння високим рівнем знань в області підготовки спортсменів та пропаганди фізичної культури і спорту (нові теорії, інтерпретації, методи).

**ФК 7.** Володіння навичками використання інформаційних технологій для вирішення експериментальних і практичних завдань у галузі фізичної культури і спорту.

#### **Спеціальні (предметні) компетентності (ПК):**

**ПК 1.** Здатність використовувати форми, методи, технології та враховувати принципи науково-педагогічних досліджень з метою підвищення ефективності тренувального процесу.

**ПК 2.** Здатність до попередження та толерантного вирішення міжособистісних конфліктів у спортивній діяльності.

**ПК 3.** Здатність розробляти цільові тренувальні програми і плани підготовки спортсменів різної кваліфікації.

**ПК 4.** Вільне оперування інноваційними технологіями підготовки спортсменів.

**ПК 5.** Здатність оцінювати ефективність прийнятих організаційно-управлінських рішень та оптимізувати процес управління.

**ПК 6.** Спроможність до вдосконалення власного рівня професіоналізму через організацію процесу підготовки спортсменів.

**ПК 7.** Здатність розв'язувати практичні проблеми за невизначених умов в окремих напрямках фізичної культури і спорту.

**ПК 8.** Здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів.

**ПК 9.** Здатність вирішувати завдання в умовах інклюзивного

	<p>підходу до організації спортивної підготовки</p> <p><b>ПК 10.</b> Володіння навичками підприємницької діяльності та використовувати їх у сфері фізичної культури і спорту.</p>
Види діяльності	<p>Навчання за програмою підвищення кваліфікації. Передбачено такі види: лекція, практичні заняття, індивідуальні консультації, настановче заняття, самостійна робота</p>
Результати підвищення кваліфікації	<p><b>Вихідне комплексне діагностування, залік</b></p> <p><b>ПРН 1.</b> Знає основні законодавчі документи, нормативні акти у сфері фізичної культури і спорту.</p> <p><b>ПРН 2.</b> Знає основні тенденції реалізації інклюзії в спорті.</p> <p><b>ПРН 3.</b> Знає традиційні та інноваційні методики управлінської діяльності тренера-викладача в обсязі, необхідному для виконання всіх функцій і напрямів його діяльності.</p> <p><b>ПРН 4.</b> Знає основи сучасної системи підготовки спортсменів, структуру і методики побудови процесу підготовки, видів підготовки спортсменів.</p> <p><b>ПРН 5.</b> Вміє застосовувати сформовані компетенції для ідентифікації і розв'язання стандартних і нестандартних професійних ситуацій.</p> <p><b>ПРН 6.</b> Вміє здійснювати психолого-педагогічний супровід навчально-тренувального процесу підтримку і розвиток усіх його суб'єктів.</p> <p><b>ПРН 7.</b> Вміє планувати, чітко формулювати цілі, застосовувати різноманітні методики, технології та практики таймменеджменту, які сприятимуть ефективній організації часу відповідно до особистісних та професійних потреб.</p> <p><b>ПРН 8.</b> Вміє розробляти перспективні та оперативні плани і програми конкретних занять в сфері дитячо-юнацького спорту та зі спортсменами масових розрядів.</p> <p><b>ПРН 9.</b> Вміє надавати долікарську медичну допомогу при невідкладних станах та патологічних процесах в організмі людини.</p> <p><b>ПРН 10.</b> Володіє руховими вміннями і навичками в обраному виді спорту на рівні кваліфікованого спортсмена, в базових видах спорту на рівні масових розрядів; вдосконалює руховий арсенал шляхом формування рухових умінь і навичок в інших видах спорту.</p>
Строки виконання програми	<p>Відповідно до план-графіку підвищення кваліфікації тренерів (тренерів-викладачів) та інших фахівців у сфері фізичної культури і спорту за спеціальністю А7 Фізична культура і спорт на 2026 рік</p>
Місце виконання програми	<p>Центральноукраїнський державний педагогічний університет імені Володимира Винниченка, факультет спорту і фізичної культури. Кафедра теорії та методики олімпійського і професійного спорту.</p>
Вартість/безоплатність надання освітньої послуги	<p>1700 грн.</p>
Документ, що видається за результатами підвищення кваліфікації	<p>Сертифікат про підвищення кваліфікації</p>

## Перелік літератури

1. Закон України «Про вищу освіту» [Електронний ресурс]. Режим доступу: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1556-18>.
2. Закон України «Про освіту» [Електронний ресурс]. Верховна Рада України. Офіційний вебпортал парламенту України. Законодавство України. Режим доступу: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19>.
3. Закон України «Про фізичну культуру і спорт». [Електронний ресурс]. Режим доступу: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12>
4. Закон України «Про професійний розвиток працівників» (редакція від 27.12.2019) [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/4312-17#Text>
5. Наказ Міністерства молоді та спорту України від 13.09.2016 № 3520 “Про затвердження Положення про підвищення кваліфікації тренерів (тренерів-викладачів) та інших фахівців у сфері фізичної культури і спорту” [Електронний ресурс]. Режим доступу: [http://dsmsu.gov.ua/media/2016/11/08/2/nm\\_3520.PDF](http://dsmsu.gov.ua/media/2016/11/08/2/nm_3520.PDF)
6. Наказ Міністерства освіти і науки України від 08 вересня 2020 р. № 1115 «Деякі питання організації дистанційного навчання» зареєстровано в міністерстві юстиції України №941/35224 від 8 вересня 2020 року [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0941-20#Text>
7. Положення про Міністерство молоді та спорту України, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 02 липня 2014 року № 220 [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/220-2014-%D0%BF#Text>
8. Стандарт вищої освіти: другий (магістерський) рівень вищої освіти, галузь знань 01 Освіта / Педагогіка, спеціальність 017 Фізична культура і спорт. Затверджений Наказом Міністерства освіти і науки України від 11 травня 2021 року № 516. 11 с.
9. Стандарт фахової передвищої освіти України: фаховий молодший бакалавр, галузь знань 01 Освіта / Педагогіка, спеціальність 017 Фізична культура і спорт. Затверджений Наказом Міністерства освіти і науки України від 24 квітня 2019 року № 567. 11 с.
10. Типова освітня програма підвищення кваліфікації педагогічних працівників закладами післядипломної педагогічної освіти, затверджена Наказом МОН України №36 від 15.01.2018 р. [Електронний ресурс]. Верховна Рада України. Офіційний вебпортал парламенту України. Законодавство України. Режим доступу: <https://mon.gov.ua/ua/npa/pro-zatverdzhennya-tipovoyi-osvitnoyi-programi-organizaciyi-i-provedennya-pidvishennya-kvalifikaciyi-pedagogichnih-pracivnikiv-zakladami-pislyadiplomnoyi-pedagogichnoyi-osviti>.
11. Типові програми підвищення кваліфікації педагогічних працівників, затверджені Наказом МОН України №457 від 23.04.2021 р. [Електронний ресурс]. Верховна Рада України. Офіційний вебпортал парламенту України. Законодавство України. Режим доступу: <https://mon.gov.ua/ua/npa/pro-zatverdzhennya-tipovih-program-pidvishennya-kvalifikaciyi-pedagogichnih-pracivnikiv>.

## НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва модулів/тем	Кількість кредитів ECTS	Кількість годин					
			Загальний обсяг	Аудиторних			Самостійна робота	
				Усього	у тому числі:			
			лекції		консультації	практичні		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Модуль 1. Загально-фаховий з варіативною частиною</b>								
<b>Загальний блок</b>								
1.1	Тема 1. Психологічний тренінг у професійній діяльності тренера		6	6	4		2	
1.2	Тема 2. Соціально-правові основи сучасного спорту		6	6	4		2	
<b>Фаховий блок</b>								
1.3	Тема 3. Спортивне харчування в ергогенному забезпеченні підготовки спортсменів		7	6	4		2	1
1.4	Тема 4. Сучасні тенденції розвитку спорту		7	6	4		2	1
1.5	Тема 5. Надання першої долікарської допомоги у процесі занять фізичною культурою і спортом. Гігієна спортсмена.		7	6	2		4	1
1.6	Тема 6. Основи підприємницької діяльності у фізичній культурі і спорті.		7	6	4		2	1
1.7	Тема 7. Теоретико-методичні та організаційні аспекти підготовки спортсменів.		7	6	4		2	1
1.8	Тема 8. Сучасні технології будівництва та експлуатації спортивних споруд		7	6	4		2	1
1.9	Тема 10. Реалізація принципів інклюзивної освіти у спорті.		7	6	2		4	1
1.10	Тема 11. Мовленнєвий імідж тренера		7	6	2		4	1
<b>Вибіркова частина</b>								
1.11	Тема 9. Основи наукових досліджень у фізичній культурі і спорті.		6	6	4		2	
1.12	Тема 12. Педагогіка спорту							
<b>Всього за модуль</b>			<b>74</b>	<b>66</b>	<b>38</b>		<b>28</b>	<b>8</b>
<b>Модуль 2. Діагностико-аналітичний</b>								
2.1	Вхідне комплексне діагностування		1					1
2.2	Настановче заняття		1					1
2.3	Вихідне комплексне діагностування		1					1
2.4	Індивідуальні консультації		4	4		4		
	<b>Підсумковий контроль. Залік</b>		9	5			5	4
<b>Всього за модуль</b>			<b>16</b>	<b>9</b>		<b>4</b>	<b>5</b>	<b>7</b>
<b>Всього годин</b>			<b>90</b>	<b>75</b>	<b>38</b>	<b>4</b>	<b>33</b>	<b>15</b>
<b>Фактична тривалість в годинах</b>				<b>75</b>				

**Програми навчальних дисциплін**  
**програма підвищення кваліфікації тренерів (тренерів-викладачів) та**  
**інших фахівців у сфері фізичної культури і спорту у сфері**  
**післядипломної освіти для осіб з вищою освітою**  
Назва програми: «СУЧАСНІ ПІДХОДИ ПРОФЕСІЙНОГО ВДОСКОНАЛЕННЯ  
ТРЕНЕРІВ (З ОБРАНОВОГО ВИДУ СПОРТУ)»

Галузі знань: А Освіта  
Спеціальність: А7 Фізична культура і спорт

**Назва навчальної дисципліни: Психологічний тренінг у професійній діяльності тренера**

**Цільовий компонент:** забезпечити слухачів знаннями про особливості використання тренінгу як дієвого методу розвитку професійних і особистісних якостей тренера, розвитку компетентностей здійснювати результативний вплив на вихованців під час їх підготовки та участі у спортивних змаганнях.

**Змістовий компонент:** Проблема психологічного забезпечення професійної діяльності тренера. Психологічний тренінг як дієвий метод розвитку професійних і особистісних якостей тренера. Роль психологічної компетентності тренера у його взаємодії з вихованцями. Застосування методів психорегуляції при відновленні працездатності тренерів і спортсменів. Практичні аспекти психологічної підготовки спортсменів до змагань. Використання засобів психологічного впливу тренера на спортсменів під час змагань. Вправи для вдосконалення психологічних установок та когнітивних навичок тренерів і спортсменів.

**Процесуальний компонент:** форми: тренінгові заняття; методи: створення ситуації інтересу у процесі викладення, опора на життєвий досвід; засоби: презентація, інформаційні ТЗН.

Результативний компонент:

**ПРН 5.** Вміє застосовувати сформовані компетенції для ідентифікації і розв'язання стандартних і нестандартних професійних ситуацій.

**ПРН 6.** Вміє здійснювати психолого-педагогічний супровід навчально-тренувального процесу підтримку і розвиток усіх його суб'єктів.

**ПРН 7.** Вміє планувати, чітко формулювати цілі, застосовувати різноманітні методики, технології та практики таймменеджменту, які сприятимуть ефективній організації часу відповідно до особистісних та професійних потреб.

***Список рекомендованої літератури:***

1. Гринь А.Р. Основы профессионально-педагогического мастерства тренера. – Практикум з футболу, Київ, 2009. – С. 87-90.

2. Clegg B. Training Plus: Revitalizing your training / Clegg B. // 4th edn, Kogan Page, 2000. – P. 116-128.

***Інформаційні ресурси:***

1. Библиотека с книгами по психологии. [Електронний ресурс]. Режим доступа: <http://psychologylib.ru/books/index.shtm>

2. Національна бібліотека України ім. В. І. Вернадського. [Електронний

ресурс]. Режим доступа: nbuv.gov.ua

3. Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України. [Електронний ресурс]. Режим доступа: psychology-naes-ua.institute

**Назва навчальної дисципліни: Соціально-правові основи сучасного спорту**

**Цільовий компонент:** висвітлити основні положення правового регулювання діяльності державних та суспільних органів управління фізичною культурою та спортом, а також соціально-політичних та організаційно-правових основ олімпійського і професійного спорту.

**Змістовий компонент:** Поняття і сутність права, його основні функції. Правовідносини. Правомірна поведінка та правопорушення. Загальна характеристика законодавства в галузі спорту. Правове регулювання діяльності державних та суспільних органів управління фізичною культурою та спортом. Нормативне регулювання положень про спортивні організації. Регулювання праці професійних спортсменів та тренерів. Організаційно-правові основи протидії допінгу в спорті. Нормативно-правове регулювання міжнародних спортивних рухів.

**Процесуальний компонент:** форми: лекція-діалог, тренінгові заняття; методи: проблемного викладу, створення ситуації інтересу у процесі викладення, опора на життєвий досвід; засоби: презентація, нормативно-правова база в галузі фізичної культури і спорту

Результативний компонент:

**ПРН 1.** Знає основні законодавчі документи, нормативні акти у сфері фізичної культури і спорту.

**ПРН 5.** Вміє застосовувати сформовані компетенції для ідентифікації і розв'язання стандартних і нестандартних професійних ситуацій.

**Список рекомендованої літератури:**

1. Закон України “Про підтримку олімпійського, параолімпійського руху та спорту вищих досягнень в Україні” : від 14.09.2000 р., № 1954-III //– ВВР України. 2000. № 43. ст. 370.

3. Закон України “Про фізичну культуру і спорт” / Відомості Верховної Ради України (ВВР), 1994. № 14. С. 80

4. Наказ Міністерства молоді та спорту «Про затвердження Кваліфікаційних норм та вимог Єдиної спортивної класифікації України з олімпійських видів спорту» №1258 від 17.04.2014 р.

5. Наказ Міністерства молоді та спорту «Про затвердження Кваліфікаційних норм та вимог Єдиної спортивної класифікації України з неолімпійських видів спорту» №1305 від 24.04.2014 р.

6. Адміністративне право України. Повний курс : підручник / Галуцько В., Діхтєвський П., Кузьменко О., Стеценко С. та ін. Херсон : ОЛДІ-ПЛЮС, 2018. 446 с.

7. Загальна теорія держави і права: [Підручник для студентів юридичних вищих навчальних закладів] / М. В. Цвік, О.В. Петришин, Л. В. Авраменко та ін.; За ред. д-ра юрид. наук, проф., акад. АПН України М. В. Цвіка, д-ра юрид. наук,

проф., акад. АПрН України О. В. Петришина. Харків: Право, 2009. 584 с.

8. Теорія держави та права: навч. посіб. / [Є. В. Білозьоров, В. П. Власенко, О. Б. Горова, А. М. Завальний, Н. В. Заяць та ін.]; за заг. ред. С. Д. Гусарева, О. Д. Тихомирова. – К. : НАВС, Освіта України, 2017. 320 с.

9. Трудове право України [текст] підручник / За загальною редакцією М.І. Іншина, В.Л. Костюка, В.П. Ельника. Вид. 2-ге, перероб. і доп. Київ: Центр учбової літератури, 2016. 472 с

### ***Інформаційні ресурси***

<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/254%D0%BA/96-%D0%B2%D1%80#Text>

### **Назва навчальної дисципліни: Сучасні тенденції розвитку спорту**

**Цільовий компонент:** наукове обґрунтування раціональної системи підготовки спортсменів, що базується на сучасних знаннях щодо тенденцій розвитку сучасного спорту.

**Змістовий компонент:** стратегія розвитку фізичної культури і спорту України до 2028 року. Глобалізація сучасного спорту. Сучасні підходи до організації міжнародних комплексних змагань.

**Процесуальний компонент:** *форми:* інтерактивна лекція, тренінгові заняття; *методи:* проблемного викладу, створення ситуації інтересу у процесі викладення, створення ситуації новизни, опора на життєвий досвід, інтерактивні; *засоби:* презентація, інформаційні ТЗН, нормативні документи в галузі фізичної культури і спорту.

Результативний компонент:

**ПРН 5.** Вміє застосовувати сформовані компетенції для ідентифікації і розв'язання стандартних і нестандартних професійних ситуацій.

**ПРН 7.** Вміє планувати, чітко формулювати цілі, застосовувати різноманітні методики, технології та практики таймменеджменту, які сприятимуть ефективній організації часу відповідно до особистісних та професійних потреб.

### ***Список рекомендованої літератури:***

1. Стратегія розвитку фізичної культури і спорту на період до 2028 року
2. Постанова кабінету міністрів України від 4 листопада 2020 р. № 1089. Київ, Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1089-2020-2020>.
3. Кириленко О.М. Розвиток інституту спорту в умовах глобалізації. Режим доступу: <http://socio-journal.kpi.kiev.ua/archive/2010/4/9.pdf>
4. Сушко Р., Дорошенко Е. Глобалізація в сучасному світі та її вплив на спорт вищих досягнень //Спортивний вісник Придніпров'я. 2016. № 2. С. 140-145. - Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/svp\\_2016\\_2\\_29](http://nbuv.gov.ua/UJRN/svp_2016_2_29)
5. Кропивницька Т., Краснянський К., Брикульський О. Сучасні підходи до організації міжнародних комплексних змагань//Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2017. № 3. С. 26-33. Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/TMFVS\\_2017\\_3\\_6](http://nbuv.gov.ua/UJRN/TMFVS_2017_3_6)
6. Неолімпійський спорт: навч. посіб. для студ. вищих навч. закладів фіз. виховання і спорту / [Є. В. Імас, С. Ф. Матвеев, О. В. Борисова та ін.]. – К.: Олімп. л-ра, 2015. – 202 с.

**Назва навчальної дисципліни: Спортивне харчування в ергогенному забезпеченні підготовки спортсменів**

**Цільовий компонент:** Розкрити сучасні підходи засобів і структури ергогенного спортивного харчування.

**Змістовий компонент:** Програмний підхід до ергогенного забезпечення підготовки спортсменів. Базові програми ергогенного забезпечення. Підтримка водно-електролітного балансу. Програма оптимізації стану гепато-біліарної системи. Склад тіла спортсмена. Оптимізація функціонального стану організму та аеробної витривалості на підґрунті зниження жирової маси тіла. Швидке зниження маси тіла при збереженні функціонального стану організму. Збільшення і стабілізація м'язової маси тіла. Стимуляція еритропоезу, імуномодуляція, антиоксидантний захист, підвищення стійкості до гіпоксії, стрес- і хондопротекція. Медико-біологічний контроль за харчуванням спортсмена.

**Процесуальний компонент:** *форми:* інтерактивна лекція, тренінгові заняття; практична робота з використанням інтерактивних технологій; *методи:* проблемного викладу, створення ситуації інтересу у процесі викладення, створення ситуації новизни, опора на життєвий досвід, інтерактивні; *засоби:* презентація, мультимедійні засоби, робота з програмою Excel.

Результативний компонент:

**ПРН 4.** Знає основи сучасної системи підготовки спортсменів, структуру і методики побудови процесу підготовки, видів підготовки спортсменів.

**ПРН 5.** Вміє застосовувати сформовані компетенції для ідентифікації і розв'язання стандартних і нестандартних професійних ситуацій.

**ПРН 8.** Вміє розробляти перспективні та оперативні плани і програми конкретних занять в сфері дитячо-юнацького спорту та зі спортсменами масових розрядів.

**Список рекомендованої літератури:**

1. Маркова О. В. Впровадження інтегрованого курсу з дисциплін медико-біологічного циклу в навчальну діяльність майбутніх вчителів. *Нова Українська школа: теорія і практика реалізації інтегрованого підходу*. Тернопіль: Вектор, 2018. С. 239-241.

2. Маркова О. В. Особливості складу тіла дітей підліткового віку. *Фізичне виховання і спорт в навчальних закладах України на сучасному етапі: стан, напрямки та перспективи розвитку*. Харків: ФОП Озеров Г. В., 2018. С. 172-178.

3. Орлова Н. Я. Біохімія та фізіологія харчування. К.: Київ. нац. торг.-екон. ун-т, 2006. 288 с.

4. Полиевский А. Основы индивидуального и коллективного питания спортсменов. М: Физкультура и спорт, 2005. 384 с.

**Інформаційні ресурси:** <http://osvita.ua/legislation/other/82184/>

**Назва навчальної дисципліни: Основи підприємницької діяльності у фізичній культурі і спорті**

**Цільовий компонент:** Розкрити основні теоретичні та практичні питання, пов'язаних з підприємницькою діяльністю у сфері фізичної культури і спорту в Україні.

**Змістовий компонент:** Фізична культура і спорт в структурі сучасного ринку. Види та форми підприємницької діяльності у сфері фізичної культури і спорту. Основи організації малого бізнесу у сфері фізичної культури і спорту. Пошук підприємницьких ідей. Складання бізнес-плану. Порядок реєстрації суб'єктів бізнесу. Зміст основних установчих та реєстраційних документів. Основні засади державної податкової політики щодо оподаткування підприємницької діяльності. Розрахунок розміру податків за спрощеною системою оподаткування суб'єктів малого бізнесу.

**Процесуальний компонент:** форми: інтерактивна лекція, тренінгові заняття; методи: проблемного викладу, створення ситуації інтересу у процесі викладення, створення ситуації новизни, опора на життєвий досвід; засоби: презентація, інформаційні ТЗН, нормативні документи у сфері оподаткування підприємницької діяльності у сфері фізичної культури і спорту.

Результативний компонент:

**ПРН 1.** Знає основні законодавчі документи, нормативні акти у сфері фізичної культури і спорту.

**ПРН 5.** Вміє застосовувати сформовані компетенції для ідентифікації і розв'язання стандартних і нестандартних професійних ситуацій.

**ПРН 7.** Вміє планувати, чітко формулювати цілі, застосовувати різноманітні методики, технології та практики таймменеджменту, які сприятимуть ефективній організації часу відповідно до особистісних та професійних потреб.

#### **Список рекомендованої літератури:**

1. Гадайчук Д.Л. Результати досліджень з питань використання фінансових ресурсів організаційно управлінськими структурами у спорті вищих досягнень. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2004. № 13. С. 29-39.

2. Бочко О.Ю., Проскура В.Ф. Основи планування діяльності підприємств невиробничої сфери: навч. посіб. К.: Ліра-К. 2014. 218 с.

3. Верига Ю. А. Облік і звітність суб'єктів малого підприємництва: навч. посіб. К. : ЦУЛ, 2014. 264 с.

4. Куделко В. Є. Організація і технологія управління фізичною культурою і спортом в системі районного територіально-адміністративного утворення: автореф. дис. ... канд. наук з фізичного виховання: 24.00.02. / ХДАФК, Харків. 2005. 22 с.

5. Кузьменко О.О. Реалізація державної програми у сфері фізичної культури і спорту. *Науковий вісник молодих вчених*. 2010. Вип. 1 (1). С. 225-229.

6. Мічуда Ю.П. Сфера фізичної культури і спорту в умовах ринку: закономірності функціонування та розвитку. К.: Олімпійська література, 2007. 215 с.

7. Мічуда Ю. Проблеми розвитку підприємництва у сфері спорту для всіх. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2007. № 1. С. 82-86.

8. Молдаван А. Д. Особливості і проблеми підприємницької діяльності у сфері фізичної культури і спорту. *Молодий вчений*. 2018. № 3.3 (55.3). С. 67- 70.

9. Павелко А. Спорт як специфічний об'єкт державної політики (на прикладі футболу). *Актуальні проблеми державного управління*. 2007.

Вип. 1(27). С. 76-82.

10. Панченко Г.І., Бондаренко С.В. Маркери визначення професійної компетентності фітнес тренера на основі вивчення попиту на ринку послуг. Фізична культура, спорт і здоров'я: стан, проблеми та перспективи. Збірник наукових праць XXI Міжнародної науково-практичної конференції. Харківська державна академія фізичної культури, 2021.

11. Площинська А. Розвиток державної політики в галузі фізичної культури та спорту в сучасній Україні. *Молода спортивна наука України*. 2008. Вип. 12, Т. 2. С. 158-162.

### ***Інформаційні ресурси***

<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0155-99#Text>

[http://4ua.co.ua/sport/za2ac69b5c43b88421206c26\\_0.html](http://4ua.co.ua/sport/za2ac69b5c43b88421206c26_0.html)

## **Назва навчальної дисципліни: Теоретико-методичні та організаційні аспекти підготовки спортсменів**

***Цільовий компонент:*** Розкрити сучасне бачення спортивної підготовки як комплексної системи педагогічного впливу на юних вихованців. Проаналізувати особливості управління тренувальною і змагальною діяльністю спортсменів, види спортивної підготовки й систему багаторічного спортивного вдосконалення.

***Змістовий компонент:*** Структура і методика побудови програми тренувальних занять, мікро-, мезо- та макроциклів. Основи підготовки спортсменів у процесі багаторічного удосконалення. Спортивна підготовка як педагогічна система комплексного впливу. Види спортивної підготовки (технічна, тактична, фізична, психологічна, теоретична та інтегральна підготовка). Управління і контроль у процесі підготовки спортсменів.

***Процесуальний компонент:*** форми: проблемна лекція; методи: проблемного викладу, створення ситуаційних завдань, опора на професійний досвід знаних тренерів; засоби: презентація, інформаційні ТЗН, нормативні документи в галузі «Фізична культура і спорт».

**Результативний компонент:**

**ПРН 3.** Знає традиційні та інноваційні методики управлінської діяльності тренера-викладача в обсязі, необхідному для виконання всіх функцій і напрямів його діяльності.

**ПРН 4.** Знає основи сучасної системи підготовки спортсменів, структуру і методику побудови процесу підготовки, видів підготовки спортсменів.

**ПРН 5.** Вміє застосовувати сформовані компетенції для ідентифікації і розв'язання стандартних і нестандартних професійних ситуацій.

**ПРН 8.** Вміє розробляти перспективні та оперативні плани і програми конкретних занять в сфері дитячо-юнацького спорту та зі спортсменами масових розрядів.

### ***Список рекомендованої літератури:***

1. Волков Л. В. Теория и методика детского и юношеского спорта. Київ: Олимпийская литература, 2002. 293 с.

2. Кашуба Виталий. Инновационные технологии в современном спорте

// *Теорія і методика підготовки спортсменів.* С. 46-57. URL: <http://www.infiz.dp.ua/misc-documents/2016-01/2016-01-08.pdf>

3. Клещев В. Н. Периодизация макроциклов и характеристика периодов. UR: <http://mfight.ru/138-periodizaciya-makrociklov-i-harakteristika>

4. Коробко С. В., Щербина З. И., Куделко В. Э., Буймистрова Л. В. Оценка физического развития и физической подготовленности: метод. реком. для студентов всех специальностей. Харьков: Изд-во НФАУ, 2003. 43 с.

5. Костюкевич В. М. Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту): навч. посіб. Вінниця: Планер, 2014 616 с.

6. Костюкевич В. М. Теорія і методика тренування спортсменів високої кваліфікації: навч. посіб. Київ : Освіта України, 2009. 274 с.

7. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практическое приложение. Київ: Олимпийская литература, 2004. 808 с.

8. Початкова та базова підготовка спортсменів: теоретико-методичні та організаційні аспекти: Навчальний посібник. Кропивницький: ПП В.Ф. Лисенко, 2018. 210 с.

9. Sobko S.H., Sobko N.H., Maleniuk T.V., Babalich V.A., Panchenko G.I. Improving Coordination of Young Footballers Aged 9-10 Years. International Journal of Human Movement and Sports Sciences: Physical Therapy, Sports Therapy and Rehabilitation: Horizon Research Publishing, USA, 9 (5), 2021. 940-947. Видання Scopus.

#### ***Інформаційні ресурси***

<https://sqe.gov.ua/law/postanova-kabinetu-ministriv-ukrain-53/>

[http://search.ligazakon.ua/l\\_doc2.nsf/link1/KP190707.html](http://search.ligazakon.ua/l_doc2.nsf/link1/KP190707.html)

### **Назва навчальної дисципліни: Сучасні технології будівництва та експлуатації спортивних споруд**

***Цільовий компонент:*** Проаналізувати матеріально-технічне забезпечення підготовки спортсменів. Розкрити сучасні технології будівництва та експлуатації спортивних споруд.

***Змістовий компонент:*** Класифікація і структура спортивних споруд. Основи проектування і будівництва спортивних споруд. Розміри, розмітка і обладнання майданчиків для спортивних ігор, футбольного поля, легкоатлетичних споруд. Спортивні стадіони України та незвичні стадіони світу. Криті спортивні споруди.

***Процесуальний компонент:*** форми: проблемна лекція; методи: проблемного викладу, створення ситуації інтересу у процесі викладання, опора на життєвий досвід; засоби: презентація, інформаційні ТЗН, нормативні документи в галузі будівництва спортивних і фізкультурно-оздоровчих споруд України.

Результативний компонент:

**ПРН 1.** Знає основні законодавчі документи, нормативні акти у сфері фізичної культури і спорту.

**ПРН 5.** Вміє застосовувати сформовані компетенції для ідентифікації і розв'язання стандартних і нестандартних професійних ситуацій.

***Список рекомендованої літератури:***

1. Державні будівельні норми України. Спортивні та фізкультурно-оздоровчі споруди МБН В.2.2.-13-2003 // Державний комітет України з будівництва та архітектури. Київ. 2004. URL:

<http://www.klimatvdomi.com/pdf/2.2.13.2003.pdf>

2. Легка атлетика: правила змагань : навч. Посібник / за ред. А.О. Ковальова, Ю.А. Ковальнової. Кіровоград, 2008. 227 с.

3. Маленюк Т.В. Спортивні споруди і обладнання: навч. посібник. Кропивницький: Видавець Лисенко В.Ф., 2019. 152 с.

4. Маленюк Т.В. Фізкультурно-спортивні споруди: навч. посібник. Кіровоград, КОД, 2011. 120 с.

5. Маленюк Т.В. Обґрунтування значущості навчальної дисципліни «Спортивні споруди і обладнання» у фаховій підготовці майбутніх учителів фізичної культури. *Фізичне виховання і спорт в навчальних закладах України на сучасному етапі: стан, напрямки й перспективи розвитку*: зб. наук. праць XXIV Всеукр. наук.-практ. конф. ЦУДПУ імені Володимира Винниченка. Кропивницький: ПП «Ексклюзив-систем», 2018. С. 100-104.

6. Решетило С. Спортивно-фізкультурні споруди і обладнання : навч. посібник для студентів ВНЗ III – IV рівнів акредитації в галузі фізичного виховання і спорту. Львів: ЛДУФК, 2010. 104 с. URL: <http://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/21933/.pdf>

***Інформаційні ресурси***

<https://uk.wikipedia.org>

<https://mva.gov.ua/ua/veteranam/sport/perelik-sportivnih-sporud-ta-majdanchikiv>

**Назва навчальної дисципліни:** **Основи наукових досліджень у фізичній культурі і спорті**

**Цільовий компонент:** Розкрити науково-пошуковий характер тренерської праці в обраному виді спорту.

**Змістовий компонент:** Провідні принципи методології наукових досліджень. Проблематика сучасних наукових досліджень в галузі фізичної культури і спорту. Логіка наукового пошуку як необхідна складова успішної тренерської діяльності.

**Процесуальний компонент:** *форми:* інтерактивна лекція, тренінгові заняття, презентація власних досягнень; *методи:* проблемного викладу, дискусії, активних проговорено та спільного пошуку оптимальних рішень, опори на власний тренерський досвід; *засоби:* презентація.

Результативний компонент:

**ПРН 1.** Знає основні законодавчі документи, нормативні акти у сфері фізичної культури і спорту.

**ПРН 3.** Знає традиційні та інноваційні методики управлінської діяльності тренера-викладача в обсязі, необхідному для виконання всіх функцій і напрямів його діяльності.

**ПРН 4.** Знає основи сучасної системи підготовки спортсменів, структуру і методики побудови процесу підготовки, видів підготовки спортсменів.

**ПРН 5.** Вміє застосовувати сформовані компетенції для ідентифікації і розв'язання стандартних і нестандартних професійних ситуацій.

**ПРН 7.** Вміє планувати, чітко формулювати цілі, застосовувати різноманітні методики, технології та практики таймменеджменту, які сприятимуть ефективній організації часу відповідно до особистісних та професійних потреб.

**ПРН 8.** Вміє розробляти перспективні та оперативні плани і програми конкретних занять в сфері дитячо-юнацького спорту та зі спортсменами масових розрядів.

***Список рекомендованої літератури:***

1. Артемчук Г. І. Методика організації науково-дослідної роботи. К.:Форум, 2000. 271с.

2. Бондаренко С. В., Собко Н. Г. Як написати та оформити магістерську роботу. Навчально-методичні матеріали. Кропивницький, ФОП М. А. Піскова, 2019. 08с.

3. Круцевич Т. Ю., Воробйов М. І., Безвехня Г. В. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків та молоді. К.: Олімпійська література, 2011. 224с.

4. Маниліч М. І., Григор'єв В. А. Основи наукових досліджень. Чернівці, УФЮІ, 2005.136с.

5. Соловей М. І., Спіцин Є. С., Кудіна В. В. Методологія та технологія науково-педагогічних досліджень. К.: Ленвіт, 2009.192с.

6. Шейко В. М., Кушнарєнко Н. Н. Організація та методика науково-дослідницької діяльності. К.: Знання, 2006. 307с.

7. Шиян Б. М., Вацеба О. М. Теорія і методика наукових педагогічних досліджень у фізичному вихованні та спорті. Тернопіль, Навчальна книга – Богдан, 2008. 276с.

**Назва навчальної дисципліни: Надання першої долікарської допомоги у процесі занять фізичною культурою і спортом. Гігієна спортсмена**

***Цільовий компонент:*** Набуття знань і практичних навичок з надання долікарської допомоги у процесі занять фізичною культурою і спортом. Оновлення та поглиблення знань щодо гігієнічних вимог організації навчально-тренувального процесу й особистої гігієни спортсмена.

***Змістовий компонент:*** Оцінка загального стану спортсмена. Принципи надання першої допомоги. Правовий аспект надання долікарської допомоги. Алгоритм надання долікарської допомоги. Засоби першої допомоги. Ознаки життя і смерті. Штучне дихання та непрямий масаж серця. Перша долікарська допомога при кровотечах, травмах, переломах, опіках, обмороженнях, отруєннях. Питання загальної та особистої гігієни спортсмена.

***Процесуальний компонент:*** форми: інтерактивна лекція, тренінгові заняття; методи: проблемного викладу, створення проблемних ситуацій під час навчально-тренувального заняття, опора на життєвий досвід, інтерактивні; засоби: презентація, інформаційні ТЗН, нормативні документи щодо надання

долікарської допомоги.

Результативний компонент:

**ПРН 1.** Знає основні законодавчі документи, нормативні акти у сфері фізичної культури і спорту.

**ПРН 5.** Вміє застосовувати сформовані компетенції для ідентифікації і розв'язання стандартних і нестандартних професійних ситуацій.

**ПРН 9.** Вміє надавати долікарську медичну допомогу при невідкладних станах та патологічних процесах в організмі людини.

### ***Список рекомендованої літератури:***

1. Бабаліч В.А. До питання розроблення концепції освітньої діяльності з підвищення кваліфікації тренерів та інших фахівців у сфері фізичної культури і спорту // Неперервна освіта для сталого розвитку: філософсько-теоретичні контексти та педагогічна практика: Матеріали IV Міжнародної науково-практичної конференції. 03-04 грудня 2021 р., м. Дніпро, КЗВО «ДАНУ» ДОР» / Наук. ред. О.Є. Висоцька. Дніпро: СПД «Охотнік», 2021. С. 326-327

2. Бабаліч В.А., Маленюк Т.В. Тенденції та перспективи викладання дисципліни «Надання першої долікарської допомоги у процесі занять фізичною культурою і спортом» для студентів та слухачів курсів підвищення кваліфікації у закладах вищої освіти. Молодий вчений. 2021. №11(99). С. 393- 397.

3. Закон України «Про фізичну культуру і спорт». [Електронний ресурс]. Режим доступу: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12>

4. Закон України «Про професійний розвиток працівників» (редакція від 27.12.2019) [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/4312-17#Text>

5. Наказ Міністерства молоді та спорту України від 13.09.2016 № 3520 «Про затвердження Положення про підвищення кваліфікації тренерів (тренерів-викладачів) та інших фахівців у сфері фізичної культури і спорту» [Електронний ресурс]. Режим доступу: [http://dsmsu.gov.ua/media/2016/11/08/2/nm\\_3520.PDF](http://dsmsu.gov.ua/media/2016/11/08/2/nm_3520.PDF)

6. Наказ Міністерства охорони здоров'я України від 16.06.2014 № 398 «Про затвердження порядків надання до медичної допомоги особам при невідкладних станах». [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0750-14#Text>

7. Постанова Кабінету міністрів України від 21. 11. 2012 № 115 «Порядок підготовки та підвищення кваліфікації осіб, які зобов'язані надавати домедичну допомогу». [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1115-2012-%D0%BF#n8>

### ***Інформаційні ресурси***

<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0746-14#Text>  
<https://er.nau.edu.ua/bitstream/NAU/13753/1/%D0%92%D0%B5%D1%80%D1%81%D1%82%D0%BA%D0%B0%20%D1%82%D0%B5%D1%85%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%B0%20%D0%B1%D0%B5%D0%B7%D0%BE%D0%BF%D0%B0%D1%81%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%B8.pdf>

**Назва навчальної дисципліни: Реалізація принципів інклюзивної освіти у спорті**

**Цільовий компонент:** розкрити сучасні підходи до реалізації принципів інклюзивної освіти в спорті. Представити моделі педагогічного впливу в умовах реалізації принципів інклюзивного навчання в спортивній діяльності.

**Змістовий компонент:** Основні цінності та рамки компетентностей для тренерів, що дотримуються принципів інклюзивного підходу до спортивної підготовки вихованців. Узгодження програм підготовки вихованців з особливими потребами та вихованців нормо типового розвитку. Формування культури прийняття індивідуальних особливостей своїх однолітків нормо типовими вихованцями. Формування середовища закладів спортивної підготовки на принципах недискримінації, врахування багатоманітності людини, ефективної участі й діяльності в процесі спортивної підготовки всіх його учасників. Приведення території закладу, будівель та приміщень у відповідність із вимогами державних будівельних норм щодо закладів спортивно-педагогічного спрямування та «інклюзивності». Облаштування ресурсного приміщення для спортсменів різної спеціалізації.

**Процесуальний компонент:** *форми:* лекції, практичні заняття; *методи:* моделювання навчального середовища, активного обговорення, рольові ігри, провокація проблемних ситуацій, інтерактивні; *засоби:* розповідь, презентація, бесіда, тренінг.

**Результативний компонент:**

**ПРН 2.** Знає основні тенденції реалізації інклюзії в спорті.

**ПРН 3.** Знає традиційні та інноваційні методики управлінської діяльності тренера-викладача в обсязі, необхідному для виконання всіх функцій і напрямів його діяльності.

**ПРН 6.** Вміє здійснювати психолого-педагогічний супровід навчально-тренувального процесу, підтримку і розвиток усіх його суб'єктів.

**Список рекомендованої літератури:**

1. Дитина з особливими потребами: Інклюзивна освіта. Дефектологія. Корекційна педагогіка: журнал / гол. ред. В. Андрєєва. 2018. [Електронний ресурс] Режим доступу <http://www.prescentr.kiev.ua/ditina-z-osoblivimi-potrebami-nklyuzivna-osvta-defektologiya-korekcyna-pedagogka-102125>

2. Лапутин А. Н. Кинезиология учение о двигательной функции организма человека *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2007. №10. [Електронний ресурс] Режим доступу <https://cyberleninka.ru/article/n/kineziologiya-uchenie-o-dvigatelnoy-funktsii-organizma-cheloveka>

3. Левченко С., Миценко Є. Оцінка стану дітей дошкільного віку з особливими освітніми потребами. *Студентський науковий вісник ЦДПУ ім. В. Винниченка*, 2021. С. 34-36.

4. Миронова С. П. Педагогіка інклюзивної освіти: навчально- методичний посібник. Кам'янець-Подільський, 2016. [Електронний ресурс] Режим доступу: <http://elar.kpnu.edu.ua:8081/xmlui/bitstream/handle/123456789/3004/Myronova-S.P.-Pedagogika-inkliuzivnoi-osvity.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

5. Миценко Є. В. Придатність засобів оцінки рухової функції для

моніторингу стану дітей з розладами спектру аутизму *Вісник Прикарпатського університету*. Серія: Фізична культура. 2020. № 36. [Електронний ресурс] Режим доступу <http://lib.pnu.edu.ua:8080/handle/123456789/9068>

6. Шинкарук А. І. Рівні побудови рухів і смислової структура дії: монографія. Кам'янець-Подільський : ФОП Сисин О.В., 2008. 200 с.

***Інформаційні ресурси:***

<https://ircenter.gov.ua/> <https://giuntipsy.com.ua/clinical/pep-3/>

**Назва навчальної дисципліни: Мовленнєвий імідж тренера**

***Цільовий компонент:*** Сформувати в учасників базове розуміння структури мовленнєвого іміджу та комплексності комунікаційних процесів, ознайомити зі стилями та стратегіями спілкування тренера, основними правилами гарного тону, з правилами та персональними моделями роботи в команді, а також на практиці програти сценарії звернень до суспільних інститутів.

***Змістовий компонент:*** Імідж людини. Роль вербальних і невербальних засобів мовленнєвої культури у формуванні іміджу. Види іміджу. Структура мовленнєвого іміджу. Імідж спорту як соціокультурний феномен. Мовленнєвий імідж тренера як суб'єкта спортивної діяльності. Комунікативні якості мовлення в структурі позитивного вербального іміджу тренера. Вербальні засоби формування іміджу тренера. Невербальна комунікація у взаємодії тренера й спортсмена. Спілкування в спорті як лінгво-культурне явище. Роль спілкування тренера зі спортсменами. Стилі та стратегії спілкування тренера.

***Процесуальний компонент:*** форми: інтерактивна лекція; методи: проблемного викладу, створення ситуації інтересу в процесі викладання, створення ситуації новизни, опора на життєвий досвід; засоби: презентація, інформаційні ТЗН.

***Результативний компонент:*** програмні результати навчання визначаються з переліку затвердженого в програмі підвищення кваліфікації.

**ПРН 5.** Уміє застосовувати сформовані компетенції для ідентифікації і розв'язання стандартних і нестандартних професійних ситуацій.

**ПРН 6.** Уміє здійснювати психолого-педагогічний супровід навчально-тренувального процесу підтримку і розвиток усіх його суб'єктів.

**ПРН 7.** Уміє планувати, чітко формулювати цілі, застосовувати різноманітні методики, технології та практики таймменеджменту, які сприятимуть ефективній організації часу відповідно до особистісних та професійних потреб.

***Список рекомендованої літератури:***

1. Барна Н. В. Імеджологія: навч. посіб./ за наук. ред. В. М. Бебика. Київ: Університет «Україна», 2007. 217 с.

2. Бацевич Ф. С. Основи комунікативної лінгвістики. Київ : Академія, 2004. 344 с.

3. Галицька Е., Донконглова Н. Імідж ділової людини та чинники впливу на його формування. *Наукові записки НаУКМА*. 2011. Т. 1. С. 12–16.

4. Культура фахового мовлення / за ред. Н. Д. Бабич. Чернівці: Книги –

XXI, 2005. 496 с.

5. Ліштаба Т. В. Основи лінгвістичної комунікації. Кропивницький, 2017. 132 с.

6. Ліштаба Т. В. Мовленнєва культура – важлива складова успішної професійної діяльності сучасного фахівця. *Наукові записки ЦДПУ*. Випуск 165. Серія: Філологічні науки (мовознавство). Кропивницький, 2018. С. 530-535.

7. Ліштаба Т. В. Професійна комунікація. Матеріали до курсу «Українська мова (за професійним спрямуванням)» для студентів факультету фізичного виховання. Кропивницький, 2021. 124 с.

8. Ліштаба Т. В. Українська мова та культура мовлення. Практичний курс для студентів факультету фізичного виховання. Кропивницький, 2021. 96 с.

9. Малиновський А. І. Особистісні детермінанти формування іміджу тренера з футболу як фактор професійного вдосконалення: дис. ... канд. наук з фізичного виховання та спорту : 24.00.01. Київ, 2020. 225 с.

10. Петровська Т., Малиновська А. Соціально психологічні складові іміджу спортивного тренера як суб'єкта спортивної діяльності. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). Випуск 4 (74). URI: <http://enpuir.npu.edu.ua/handle/123456789/14190>

11. Позднишев Є. В. Соціально-психологічні основи формування іміджу суб'єктів спортивної діяльності : дис. ... докт. психол. наук : 19.00.05. Київ, 2019. 534 с.

12. Радевич-Винницький Я. Етикет і культура спілкування. Київ : Знання, 2006. 291 с.

13. Яшенкова О. В. Основи теорії мовної комунікації. Київ: Видавничий центр «Академія», 2010. 310 с.

### **Назва навчальної дисципліни: Педагогіка спорту**

**Цільовий компонент:** спрямована на вивчення проблем у сфері педагогіки спорту, поглиблення фахових знань, практичних вмінь та навичок педагогічного забезпечення в професійній діяльності тренерів (тренерів-викладачів) та інших фахівців у сфері фізичної культури і спорту.

**Змістовий компонент:** Стан наукової розробки педагогічних проблем спорту. Педагогіка спорту в системі наукового знання. Характеристика теорії спорту. Спорт як засіб військово-фізичної підготовки, ідеологічного та морального виховання на різних етапах розвитку суспільства. Формування елементів сучасного фізичного виховання у другій половині XIX ст. Становлення фізичної культури і спорту у період від початку XX ст. до сучасності. Проблеми виховання у спорті вищих досягнень. Система моральних відносин у спорті. Принципи спортивної етики. Естетичне виховання у спорті. Розумове, трудове і патріотичне виховання засобами фізичної культури і спорту. Олімпійська освіта в Україні.

**Процесуальний компонент:** форми: інтерактивна лекція; методи проблемного викладу, створення ситуації інтересу в процесі викладання, створення ситуації новизни, опора на життєвий досвід; інтерактивні; засоби:

презентація, інформаційні ТЗН.

Результативний компонент:

**ПРН 5.** Уміє застосовувати сформовані компетенції для ідентифікації і розв'язання стандартних і нестандартних професійних ситуацій.

**ПРН 6.** Уміє здійснювати психолого-педагогічний супровід навчально-тренувального процесу підтримку і розвиток усіх його суб'єктів.

**ПРН 7.** Уміє планувати, чітко формулювати цілі, застосовувати різноманітні методики, технології та практики таймменеджменту, які сприятимуть ефективній організації часу відповідно до особистісних та професійних потреб.

#### ***Список рекомендованої літератури:***

1. Дуткевич Т.В. Конфліктологія з основами управління: Навчальний посібник. Кам'янець-Подільський, 2004. 352 с.

2. Ложкин Г.В., Повякель Н.И. Практическая психология конфликта. К.: МАУП, 2002. 256 с.

3. Новосельський В.Ф. Професія: вчитель фізичної культури. К.: Знання, 1991. 48 с.

4. Теорія і методика фізичного виховання: у 2 т. /за ред. Т. Ю. Круцевич. К.: Олімпійська література, 2008. Т. 2: Методика фізичного виховання різних груп населення. 368 с.

5. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів: підруч. для студентів вищ. навч. закл. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2004. Ч. 1. 272 с.

6. Шиян Б.М., Вацеба О.М. Теорія і методика наукових педагогічних досліджень у фізичному вихованні та спорті: Навчальний посібник. Тернопіль: Навчальна книга –Богдан, 2008. 276 с.

#### ***Інформаційні ресурси***

<http://sport-iznutri.ru/category/istoricheskie/>

<http://femalesport.ru/category/face/history>

<http://i-fakt.ru/category/sport/> <http://www.lookatme.ru/wiki/>

<http://prosto-sport.com/>