

ФКІЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
БУДІВНИЦТВА І АРХІТЕКТУРИ

БАКАЛАВР

Кафедра фізичного виховання і спорту

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Декан факультету ІССТ

/ О.В.Нестеренко/

« 22 » травня 2023 року

НАВЧАЛЬНА РОБОЧА ПРОГРАМА ДИСЦИПЛІНИ

"АТЛЕТИЧНА ГІМНАСТИКА З МЕТОДИКОЮ ВИКЛАДАННЯ»

(назва навчальної дисципліни)

шифр	назва спеціальності
017	Фізична культура і спорт

Розробник(и):
Антонюк О.А. ст. викладач


(підпис)

(прізвище та ініціали, науковий ступінь, звання)

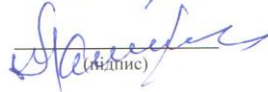
(підпис)

(прізвище та ініціали, науковий ступінь, звання)

(підпис)

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри фізичного виховання і спорту, протокол № 11 від « 31 » травня 2023 року

Завідувач кафедри


(підпис)

/Олександр ШАМИЧ/

Схвалено гарантом освітньої програми «Фізичне виховання і спорт»

Гарант ОП


(підпис)

/Ольга ОЗЕРОВА/

Розглянуто на засіданні науково-методичної комісії спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» протокол № 4 від « 29 » травня 2023 року

ВИТЯГ З НАВЧАЛЬНОГО ПЛАНУ 2023-2024 рр.

шифр	Бакалавр ОПП	Форма навчання:						денна				Форма контролю	Семестр	Відмітка про погодження
	Назва спеціальності (спеціалізації)	Кредитів на сем.	Обсяг годин					Кількість індивідуальних робіт						
			Всього	аудиторних		Самост. роб.	КП							
				Разом	Л			Пр						
017	Фізична культура і спорт	3	90	40	16	14	60				1	3	3	

шифр	Бакалавр ОПП	Форма навчання:						заочна				Форма контролю	Семестр	Відмітка про погодження
	Назва спеціальності (спеціалізації)	Кредитів на сем.	Обсяг годин					Кількість індивідуальних робіт						
			Всього	аудиторних			Срс							
				Разом	Л	Пр		Срс						
017	Фізична культура і спорт	3	90	20	10	10	70				1	3	5	

Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета навчальної дисципліни: засвоєння студентами теоретичних знань і методичних навичок в організації та проведенні різних форм занять атлетизмом, використання засобів гімнастики у реабілітаційних цілях.

Завдання:

- формування професійного світогляду студентів;
- забезпечення оволодіння методикою підготовки спортсменів в атлетичних видах спорту;
- набуття студентами умінь і здібностей проведення занять з атлетичних видів спорту та атлетичної гімнастики;
- набуття студентами умінь і здібностей використання засобів атлетизму з метою оздоровлення організму

Компетентності здобувачів освітньої програми, що формуються в результаті засвоєння освітньої компоненти

Код	Зміст компетентності
Інтегральна компетентність (ІК)	
Здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми у сфері фізичної культури і спорту або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів наук з фізичного виховання і спорту, та характеризується комплексністю та невизначеністю умов.	
Загальні компетентності (ЗК)	
ЗК04	Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і примножувати досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій.
ЗК09	Навички міжособистісної взаємодії.
ЗК12	Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
Спеціальні (фахові) компетентності (СК)	
СК01	Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості.
СК10	Здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми.

СК12	Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.
СК14	Здатність до безперервного професійного розвитку.

Програмні результати здобувачів освітньої програми, що формуються в результаті засвоєння освітньої компоненти

Код	Програмні результати
ПРН04	Показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення.
ПРН07	Здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами.
ПРН10	Оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми кондиційного тренування, організовувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи.
ПРН13	Використовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої спрямованості.
ПРН17	Знати та розуміти сутність, принципи, методи, форми та організацію процесу навчання і виховання людини.
ПРН21	Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.

Методи перевірки навчального ефекту: поточні відповіді на питання (письмово/усно), тестування, доповіді, індивідуальна робота (презентації), контрольна робота, залік, екзамен.

Форми проведення занять: лекції, практичні заняття, консультації.

**Програма навчальної дисципліни
(денна форма)**

Зміст: (окремо для кожної форми занять – ЛЕКЦІЇ/СЕМІНАРИ/КР/СРС)

МОДУЛЬ 1.

Змістовий модуль 1. Значення та місце дисципліни "Атлетична гімнастика" в системі фізкультурної освіти. Основи організації навчально-тренувальних занять.

Лекція 1. Вступ до дисципліни «Атлетична гімнастика з методикою

викладання»

Лекція 2. Техніка безпеки та профілактика травматизму на заняттях атлетичною гімнастикою.

Лекція 3. Основи організації навчально-тренувальних занять.

Лекція 4. Методика побудови тренувальних занять в атлетизмі.

Лекція 5. Силова підготовка осіб різного віку та статі.

Лекція 6. Основи методики розвитку сили.

Лекція 7. Методика навчання та техніка виконання змагальних вправ важкої атлетики.

Лекція 8. Засоби відновлення організму та стимуляції працездатності.

Змістовий модуль 2.

Практичні заняття

Заняття 1. *Тема для обговорення:* Техніка безпеки та профілактика травматизму на заняттях з атлетичної гімнастики.

Заняття 2. *Тема для обговорення:* Основи організації навчально-тренувальних занять

Заняття 3. *Тема для обговорення:* Силова підготовка осіб різного віку і статі

Заняття 4. *Тема для обговорення:* Основні м'язові групи

Заняття 5. *Тема для обговорення:* Основні базові вправи атлетизму для розвитку сили та збільшення м'язової маси

Заняття 6. *Тема для обговорення:* Базові та формуючі вправи для розвитку м'язів шиї та рук, м'язів грудей.

Заняття 7. *Тема для обговорення:* Базові та формуючі вправи для розвитку м'язів спини, живота та ніг. Підведення підсумків, підготовка до заліку.

Програма навчальної дисципліни (заочна форма)

МОДУЛЬ 1.

Змістовий модуль 1.

Лекція 1. Вступ до дисципліни «Атлетична гімнастика з методикою викладання».

Лекція 2. Техніка безпеки та профілактика травматизму на заняттях атлетичною гімнастикою.

Лекція 3. Основи організації навчально-тренувальних занять.

Лекція 4. Методика побудови тренувальних занять в атлетизмі.

Лекція 5. Силова підготовка осіб різного віку та статі.

Змістовий модуль 2.

Практичні заняття

Заняття 1. *Тема для обговорення:* Основи організації навчально-тренувальних занять.

Заняття 2. *Тема для обговорення:* Основні базові вправи атлетизму для розвитку сили та збільшення м'язової маси.

Заняття 3. *Тема для обговорення:* Базові та формуючі вправи для розвитку м'язів шиї та рук та грудей.

Заняття 4. *Тема для обговорення:* Базові та формуючі вправи для розвитку м'язів спини і живота.

Заняття 5. *Тема для обговорення:* Базові та формуючі вправи для розвитку м'язів ніг.

Індивідуальне завдання

Індивідуальне завдання підлягає захисту студентом на заняттях, які призначаються додатково. Індивідуальне завдання може бути виконане у різних формах.

По-перше, студенти можуть зробити його у вигляді **реферату**.

Реферат повинен мати обсяг від 18 до 24 сторінок А4 тексту (кегель Times New Roman, шрифт 14, інтервал 1,5), включати план, структуру основної частини тексту відповідно до плану, висновки і список літератури, складений відповідно до ДСТУ 8302:2015. В рефераті можна також помістити словник базових понять до теми.

По-друге, індивідуальне завдання може бути виконане у формі **презентації** у форматі Power Point. В цьому разі обсяг роботи визначається індивідуально – залежно від теми. **(для нашої спеціальності в пріоритеті – для можливості застосування мультимедійних заходів навчання! Темати обирати відповідно до лекцій і семінарів)**

Література, що рекомендується для виконання індивідуального завдання, наведена у списку рекомендованої літератури, а в електронному вигляді вона розміщена на Освітньому сайті КНУБА, на сторінці кафедри.

Також як виконання індивідуального завдання за рішенням викладача може бути зарахована участь студента у міжнародній або всеукраїнській науково-практичній конференції з публікацією у матеріалах конференції тез виступу (доповіді) на одну з тем, дотичних до змісту дисципліни, або публікація статті на одну з таких тем в інших наукових виданнях.

Текст індивідуального завдання подається викладачу не пізніше, ніж за 2 тижні до початку залікової сесії. Викладач має право вимагати від студента доопрацювання індивідуального завдання, якщо воно не відповідає встановленим вимогам.

Критерії оцінювання індивідуальної роботи

Оцінка за національною шкалою	Кількість балів	Критерії
відмінно	10	відмінне виконання (розкриття теми, посилання та цитування сучасних наукових джерел (не старше 2017 року), дотримання норм доброчесності)
	9	відмінне виконання з незначною кількістю помилок виконання (розкриття теми, посилання та цитування сучасних наукових джерел (більшість з яких не старше 2017 року), дотримання норм доброчесності)
добре	8	виконання вище середнього рівня з кількома помилками (розкриття теми в межах об'єкту та завдань роботи, посилання та цитування сучасних наукових джерел (серед яких є такі, що не старше 2017 року), дотримання норм доброчесності)
	7	виконання з певною кількістю помилок (розкриття теми в межах об'єкту та завдань роботи, наявність посилань та цитувань наукових джерел, дотримання норм доброчесності)
задовільно	6	виконання роботи задовольняє мінімальним критеріям помилок (розкриття теми в основному в межах об'єкту роботи, наявність концептуального апарату роботи, присутність не менше 5 посилань та цитувань наукових джерел, дотримання норм доброчесності)

Критерії оцінювання презентації (відповідність роботи за обсягом, формою, якістю змісту і демонстрації матеріалу).

Методичні матеріали для самостійної роботи студентів повинні передбачати можливість проведення самоконтролю з боку студента. Для самостійної роботи студенту також рекомендують відповідну наукову та фахову монографічну і періодичну літературу, електронні ресурси, у тому числі й освітній сайт Університету.

Методи контролю та оцінювання знань

1. Поточний контроль. Поточний контроль здійснюється на практичних (переважно семінарських) заняттях. Основні форми участі студентів у навчальному процесі, що підлягають поточному контролю:

- виступ на практичних заняттях (відповіді на питання, доповідь);

- доповнення, опонування до виступу, рецензія на виступ;
- участь у дискусіях;
- аналіз першоджерел;
- письмові завдання (тести, розрахункові роботи, індивідуальна робота, презентації) та інші письмові роботи, оформлені відповідно до вимог. Для різних видів практики готуються документи згідно спрямування практики, що передбачені положенням.

Кожна тема курсу, що винесена на лекційні та практичні заняття, відпрацьовується студентами у тій чи іншій формі, наведеній вище.

Обов'язкова присутність на лекційних заняттях, активність впродовж семестру, відвідування/відпрацювання усіх аудиторних занять, виконання інших видів робіт, передбачених навчальним планом з цієї дисципліни.

При оцінюванні рівня знань студентів аналізу підлягають:

1. Характеристики відповіді: цілісність, повнота, логічність, обґрунтованість, правильність;

2. Якість знань (ступінь засвоєння фактичного матеріалу): осмисленість, глибина, гнучкість, дієвість, системність, узагальненість, міцність;

3. Ступінь сформованості вміння поєднувати теорію і практику під час розгляду ситуацій, практичних завдань;

4. Рівень володіння розумовими операціями: вміння аналізувати, синтезувати, порівнювати, абстрагувати, узагальнювати, робити висновки з проблем, що розглядаються;

5. Досвід творчої діяльності: вміння виявляти проблеми, розв'язувати їх, формувати гіпотези;

6. самостійна робота: робота з навчально-методичною, науковою, допоміжною вітчизняною та зарубіжною літературою з питань, що розглядаються, вміння отримувати інформацію з різноманітних джерел (традиційних; спеціальних періодичних видань, ЗМІ, Internet тощо).

Тестове опитування (усне або письмове) може проводитись за одним або кількома змістовими модулями. В останньому випадку бали, які нараховуються студенту за відповіді на тестові питання, поділяються між змістовими модулями.

Результати поточного контролю заносяться до журналу обліку роботи. Позитивна оцінка поточної успішності студентів за відсутності пропущених та невідпрацьованих практичних занять та позитивні оцінки за індивідуальну роботу є підставою для допуску до підсумкової форми контролю. Бали за аудиторну роботу відпрацьовуються у разі пропусків

2. Модульний контроль. Модульний контроль з дисципліни представлений у вигляді контрольної роботи (КР = макс.кількість 30 балів (повинна охоплювати увесь курс – семестр або навч.рік, доцільніше зробити 3 контр.роботи, різні по типу завдання – тест, відповіді на питання, презентація, план, схема, доповідь та ін. і оцінити кожна – 10 балів макс.). Таким чином,

легше буде оцінити рівень знань у студентів, урізноманітити типи контролю, надати змогу засвоїти навч.матеріал поступово і пояснити все це при необхідності.

Вимоги до проведення контрольної роботи: письмове завдання. Завдання для контрольної роботи визначає викладач орієнтуючись на обсяг навчального матеріалу передбачений робочою програмою з дисципліни, яка містить лекційний матеріал, теми семінарських занять, а також теми, рекомендовані для самостійного вивчення.

Альтернативою контрольної роботи (або її складової) можуть бути відповіді на питання в усній формі або виконання студентом індивідуальної роботи, якщо студент з поважних причин, чому надає підтвердження, не зміг виконати контрольну роботу в письмовій формі. В такому випадку викладач і студент обговорюють альтернативні варіанти перевірки якості знань і приходять до єдиного рішення.

3. Підсумковий контроль. Підсумковий контроль здійснюється під час проведення залікової сесії з урахуванням підсумків поточного та модульного контролю. Під час підсумкового контролю враховуються результати здачі усіх видів навчальної роботи згідно зі структурою кредитів.

Оцінювання проводиться за 100-бальною шкалою. Методика оцінювання успішності вивчення дисципліни представлена у таблицях:

**Розподіл балів для дисципліни з формою контролю залік
(денна і заочна форми навчання)**

Поточне оцінювання		Модульний контроль (КР)	Сума балів
Змістові модулі			
1	2		
35	35	30	100

**Шкала оцінювання для залікових/екзаменаційних вимог за
національною системою та ECTS**

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		<i>Для екзамену, практики</i>	<i>Для заліку</i>
90-100	A	Відмінно	Зараховано
82-89	B	Добре	
74-81	C	Задовільно	
64-73	D		
60-63	E		
35-59	FX	Незадовільно з можливістю повторного складання	Не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	Не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

Роз'яснення щодо оцінювання якості та повноти засвоєння теоретичного та/або практичного матеріалу представлено у наступній таблиці.

Шкала оцінювання якості знань, умінь, навичок, що засвоєні студентом при проходженні курсу

Оцінка	Кількість балів
ВІДМІННО. Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу в повному обсязі з незначною кількістю (1-2) несуттєвих помилок (вищий рівень)	90-100
ДУЖЕ ДОБРЕ. Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу майже в повному обсязі/ зі значною кількістю несуттєвих помилок (3-4) (вище середнього рівня)	82-89
ДОБРЕ. Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу в неповному обсязі/ незначна кількість (1-2) суттєвих помилок (середній рівень)	74-81
ЗАДОВІЛЬНО. Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу в неповному обсязі/ значна кількість (3-5) суттєвих помилок/недоліків (нижче середнього рівня)	60-73
НЕЗАДОВІЛЬНО. Засвоєння теоретичного/практичного матеріалу є недостатнім і не задовольняє мінімальні вимоги за результатами навчання. З можливістю повторного складання модулю (низький рівень)	0-59

Орієнтовна тематика/зміст модульної контрольної роботи:

Тематика модульної контрольної роботи формується згідно з темами лекцій та практичних занять (змістових модулів 1, 2)

Перелік питань для модульного контролю (КР):

1. Визначення поняття атлетизму.
2. Що таке термінологія атлетичних видів спорту.
3. Засоби атлетичної гімнастики.
4. Основні причини травмування при заняттях атлетичною гімнастикою.
5. Необхідне екіпірування для занять атлетичною гімнастикою.
6. Які основні правила поведінки в тренажерному залі.
7. Який основний набір інвентарю для залу атлетичної гімнастики?
8. Яка головна умова тренувального процесу в силових видах спорту.
9. Дайте визначення навантаження в спорті.
10. Що таке абсолютна інтенсивність навантаження?
11. Що таке відносна інтенсивність навантаження?
12. Основні принципи проведення занять з юнаками.
13. Вплив занять спортом на організм людей похилого віку.
14. Чим зумовлене вікове зниження силових якостей?
15. Дайте визначення вибухової сили.
16. Що таке традиційні методи розвитку сили?
17. Що таке «метод контрасту» в нетрадиційних методах розвитку сили?
18. Найчастіші помилки при виконанні вправ та їх причини.
19. Причини найчастіших помилок, яких припускаються вихованці.

20. Назвіть основні пози бодібідера.
21. Протягом якого часу за правилами змагань з гирьового спорту виконується поштовх гир ?
22. Скільки в добовому раціоні спортсмена повинно бути білка, жиру та вуглеводів на 1 кг маси тіла?
23. Яка калорійність добового раціону спортсмена вагою 65-70 кг?
24. Які найпоширеніші стимулятори фізичної активності рослинного походження?
25. Що таке пауерліфтінг та найвідоміші пауерліфтери.

Орієнтовний перелік питань для підсумкового контролю(залік)

1. Дайте характеристику історії зародження та розвитку атлетичної гімнастики.
2. Охарактеризуйте базові та формуючі вправи а атлетизмі.
3. Розкрийте причини виникнення травм в атлетизмі та шляхи запобігання травматизму.
4. Охарактеризуйте основні особливості організації тренувального процесу в атлетизмі. .
5. Складіть комплекс вправ для тренування м'язів спини, та охарактеризуйте техніку виконання вправ.
6. Охарактеризуйте історію зародження та розвитку атлетичної гімнастики в Україні. Видатні українські спортсмени.
7. Охарактеризуйте складові частини, особливості та значення проведення розминки в атлетизмі.
8. Складіть комплекс вправ на тижневий мікроцикл для початківців віком 15-16 років із зайвою вагою.
9. Розкрийте основні шляхи профілактики травматизму в атлетизмі. - Класифікація травм. Перша допомога при травмуванні
10. Дайте характеристику базовим та формуючим вправам в атлетизмі.
Навести приклад
11. Охарактеризуйте м'язи черевного пресу, та вправи для їх розвитку.
12. Охарактеризуйте правила проведення змагань з атлетичної гімнастики.
13. Охарактеризуйте основні режими роботи м'язів.
14. Складіть комплекс вправ для тренування грудних м'язів та охарактеризуйте технічні помилки.
15. Охарактеризуйте раціональне харчування, як засіб відновлення спортивної працездатності в атлетизмі.
16. Охарактеризуйте основні засоби, методи та принципи тренувань в атлетизмі.
17. Складіть комплекс вправ для тренування тріцепсів.

18. Охарактеризуйте особливості методики тренувань жінок в атлетизмі.
19. Розкрийте особливості методики розвитку м'язової маси в атлетизмі.
20. Дайте характеристику тенденціям розвитку атлетичної гімнастики в Україні і світі на сучасному етапі
21. Складіть комплекс тренувань для осіб похилого віку на тижневий мікроцикл.
22. Назвіть та охарактеризуйте основні компоненти навантаження в атлетизмі.
23. Назвіть та охарактеризуйте вправи для розвитку м'язів спини. Техніка виконання, помилки при виконанні.
24. Охарактеризуйте негативні наслідки застосування допінгу в спорті.
25. Охарактеризуйте методику тренувань для збільшення сили та м'язової маси в атлетичній гімнастиці.
25. Охарактеризуйте основні засоби тренувань в атлетичній гімнастиці.
26. Назвіть видатних атлетів України та світу та їх спортивні досягнення.
27. Охарактеризуйте методику розвитку сили та м'язової маси в атлетизмі.
28. Охарактеризуйте особливості застосування фармакологічних засобів відновлення в атлетичній гімнастиці.
29. Охарактеризуйте особливості організації та проведення змагань з атлетичної гімнастики. відновлення в атлетичній гімнастиці.
30. Дайте характеристику методиці розвитку силової витривалості в атлетизмі.
31. Складіть комплекс вправ для тренування біцепсів.
33. Визначте та проаналізуйте гігієнічні вимоги до занять в тренажерному залі.
32. Охарактеризуйте фактори, що впливають на силові якості людини.
33. Охарактеризуйте вправи для розвитку дельтовидних м'язів.
34. Охарактеризуйте значення вітамінів в раціоні спортсменів.
35. Розкрийте особливості методики розвитку силових якостей засобами атлетизму.
36. Розкрийте методику здійснення страховки та самостраховки та правила техніки безпеки на заняттях атлетизмом.
37. Складіть комплекс вправ для тренування м'язів ніг
38. Розкажіть про основні поняття і терміни, що вживаються в атлетизмі.
39. Назвіть та охарактеризуйте, які ви знаєте силові види спорту.
40. Назвіть вправи для розвитку м'язів рук та охарактеризуйте техніку їх виконання.

41. Охарактеризуйте особливості методики тренувань початківців в атлетизмі.
42. Розкрийте принципи планування тренувальних навантажень на заняттях атлетизмом.
43. Розкрийте вплив занять бодібілдингом на організм людини.
44. Методика навчання техніки змагальних вправ у гирьовому спорті.
45. Техніка безпеки на заняттях з силових видів спорту. Травматизм і його профілактика на заняттях з силових видів спорту.
46. Загальні положення та види змагань з важкої атлетики.
47. Охарактеризуйте вправи для розвитку м'язів ніг.
48. Охарактеризуйте основні принципи та методики силового тренування в атлетизмі. (підбір ваги, вправи та їх поєднання, кількість повторень та підходів, інтервали відпочинку та ін.).
49. Охарактеризуйте правила суддівства змагань з атлетичної гімнастики.
50. Типи тренувальних занять у силових видах спорту.
51. Методика розвитку швидкісної та вибухової сили засобами важкої атлетики.
52. Розкрийте методику здійснення контролю та самоконтролю на заняттях атлетичною гімнастикою атлетики.
53. Методика навчання та техніка виконання присідання у пауерліфтингу.
54. Охарактеризуйте види відпочинку та його значення в тренувальному процесі.
55. Дайте характеристику основним принципам раціонального харчування в атлетизмі
56. Дайте характеристику відновлювальним процесам після тренувальних навантажень.
57. Складіть комплекс вправ для розвитку грудних м'язів та трицепсів.

Політика щодо академічної доброчесності

Тексти індивідуальних завдань (в т.ч. у разі, коли вони виконуються у формі презентацій або в інших формах) можуть перевірятись на плагіат. Для цілей захисту індивідуального завдання оригінальність тексту має складати не менше 70%. Виключення становлять випадки зарахування публікацій Здобувачів у матеріалах наукових конференціях та інших наукових збірниках, які вже пройшли перевірку на плагіат.

Списування під час тестування та інших опитувань, які проводяться у письмовій формі, заборонені (в т.ч. із використанням мобільних девайсів). У разі виявлення фактів списування з боку здобувача він отримує інше завдання. У разі повторного виявлення призначається додаткове заняття для

проходження тестування.

Політика щодо відвідування

Здобувач, який пропустив аудиторне заняття з поважних причин, має продемонструвати викладачу та надати до деканату факультету документ, який засвідчує ці причини.

За об'єктивних причин (хвороба, міжнародне стажування, наукова та науково-практична конференція (круглий стіл) тощо) навчання може відбутись в он-лайн формі за погодженням із керівником курсу.

Умови допуску до підсумкового контролю

Здобувачу, який має підсумкову оцінку за дисципліну від 35 до 59 балів, призначається додаткова залікова сесія. В цьому разі він повинен виконати додаткові завдання, визначені викладачем.

Здобувач, який не виконав вимог робочої програми по змістових модулях, не допускається до складання підсумкового контролю. В цьому разі він повинен виконати визначене викладачем додаткове завдання по змісту відповідних змістових модулів в період між основною та додатковою сесіями.

Здобувач має право на опротестування результатів контролю (апеляцію). Правила подання та розгляду апеляції визначені внутрішніми документами КНУБА, які розміщені на сайті КНУБА та зміст яких доводиться Здобувачам до початку вивчення дисципліни.

Методичне забезпечення дисципліни

Підручники:

1. Олешко В. Г. Силові види спорту: Підруч. для студ. вузів фізич. вихован. і спорту. — К.: Олимп. літ., 1999.
2. Платонов В.М. Сучасна система спортивного тренування: підручник/ В.М. Платонов. К.: Перша друкарня, 2021. – 672 с.
3. Сергієнко Л.П. Теорія та методика дитячого і юнацького спорту: підручник / Л.П. Сергієнко. – К.: Кондор-Видавництво, 2016. – 542.

Навчальні посібники:

1. Лапутін А.М. Біомеханіка спорту: навч. посібник для студ. вищих навч. закл. з фізичного виховання і спорту заг. ред. А. М. Лапутін. - К.: Олімпійська література, 2001. - 318 с.
2. Олешко В.Г. Силові види спорту.- К.: Олімпійська література, 1999.
3. Пилипко В.Ф., Овсєнко В.В. Атлетизм: навчальний посібник. - Харків, ОВС, 2007. - 136 с.
4. Пуцов О.І., Капко І.О., Олешко В.Г. Атлетизм: навчальний

посібник.- К.: ВПЦ “Київський університет”, 2007.- 232 с.

5. Романчук В.М. Організація та методика проведення занять з гирьового спорту / В. М. Романчук, С. В. Романчук, К. В. Пронтенко, В. В. Пронтенко: навч-метод. посіб. – Житомир: ЖВІ НАУ, 2010. – 196 с.

6. Стеценко А.І. Пауерліфтинг. Теорія і методика викладання: навчальний посібник. – Черкаси: Вид. від. ЧНУ ім. Богдана Хмельницького, 2008.- 460 с.

7. Славітяк О.С. Атлетична гімнастика: Навчальний посібник.: Миколаїв: МНУ імені В.О. Сухомлинського, 2016. – 154 с.

Методичні вказівки:

1. Атлетична гімнастика з методикою викладання. Методичні вказівки для студентів спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» К.: КНУБА, Талком. 2023 – 28 с.

Конспекти лекцій: на освітньому сайті КНУБА [/org2.knuba.edu.ua/](http://org2.knuba.edu.ua/)

Інформаційні ресурси

1. Теорія та методика фізичного виховання (Науково-методичний журнал) <http://www.tmfv.com.ua/>
2. Журнал вчителя «Фізичне виховання»
<http://www.teacherjournal.com.ua/shkola/fizichne-vixovannya.html>
3. Журнал про пауерліфтинг «Богатир»<http://bogatyr.su/glavnaya.html>
4. Національна бібліотека України імені В.І. Вернадського
<http://www.nbuv.gov.ua/>
5. Федерація пауерліфтингу України <http://powerlifting-upf.org.ua/>
6. Федерація гирьового спорту України <http://igsf.biz/dir/ukr/>
7. Федерація бодібілдингу України <http://fbbu.com.ua/>