

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ  
КАФЕДРА ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ**

**ЗАТВЕРДЖУЮ**

Декан факультету фізичного  
виховання  
д-р фіз. наук, професор



М.В. Маліков  
«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2018 р.

**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

**«МЕТОДИ ОЦІНКИ ТА ПРОГНОЗУВАННЯ В СПОРТІ»**

(назва навчальної дисципліни)

для підготовки бакалаврів

(назва освітнього ступеня)

за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт»


(шифр, назва спеціальності)

освітня програма «Спорт»,

**Укладач:** к. фіз. вих., доцент кафедри фізичної культури і спорту  
Кокарев Борис Валерійович


Обговорено та ухвалено  
на засіданні кафедри олімпійського та  
професійного спорту

Протокол № 1 від “27” серпня 2018 р.  
Завідувач кафедри олімпійського та  
професійного спорту

  
\_\_\_\_\_ д.п.н, проф. А.В. Сватсьєв  
(ініціали, прізвище)

Ухвалено науково-методичною радою  
факультету фізичного виховання

Протокол № 1 від “30” серпня 2018 р.  
Голова науково-методичної ради факультету  
фізичного виховання

  
\_\_\_\_\_ к.фіз.вих. В.М. Фаворитов  
(ініціали, прізвище)

2018 рік

## 1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітня програма, рівень вищої освіти,	Характеристика навчальної дисципліни
		денна форма навчання
Кількість кредитів - 3	Галузь знань 01 Освіта - Педагогічна	Нормативна
		Цикл дисциплін – Професійна підготовка
Загальна кількість годин - 90	Спеціальність 017 Фізична культура і спорт	<b>Рік підготовки:</b>
		2-й
	освітньо-професійної програми - «Спорт»	<b>Лекції</b>
Тижневих аудиторних годин для денної форми навчання: – 2 год.	Рівень вищої освіти: <b>бакалавр</b>	10 год.
		<b>Практичні</b>
		22 год.
		<b>Самостійна робота</b>
		56 год.
		<b>Вид контролю:</b> Залік – 2 год.

## 2. Мета та завдання навчальної дисципліни

**Метою** викладання навчальної дисципліни «Методи оцінки та прогнозування в спорті» є одна з найбільш актуальних проблем для практиків і теоретиків спорту – а саме прогнозування спортивних результатів як у цілому, для збірної команди країни, так і індивідуально для кожного спортсмена. При цьому найбільш затребуваним є прогнозування з метою можливої корекції існуючих програм підготовки спортсменів, визначення оптимального шляху досягнення високих спортивних результатів, адекватного керування навчально-тренувальним процесом.

Основними **завданнями** вивчення дисципліни «Методи оцінки та прогнозування в спорті» є:

- засвоєння знань з теоретичних основ прогнозування навчально-тренувального процесу, світових і вищих олімпійських досягнень у спорті.
- розглянути принципи прогнозування тренувального процесу
- ознайомити з основними методами прогнозування спортивних результатів.
- навчити розроблять підходи до оцінки точності прогнозу.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен

**знати:** методи оцінки й прогнозування спортивного тренування, сучасний підхід до прогнозування, принципи оперування адекватною інформацією щодо особливостей стану спортсмена в різні моменти часу й аналізу динаміки змагальної ефективності в минулому.

**вміти:** визначити методи оцінки й прогнозуванню в спорті, оволодіння вміннями й навичками в області вдосконалювання навчально-тренувального процесу в спорті і способи прогнозування високих спортивних досягнень.

Згідно з вимогами освітньої освітньо-професійної програми студенти повинні досягти таких результатів навчання (**компетентностей**):

**Загальні компетентності:** Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

**Спеціальні компетентності:** Здатність застосовувати систему знань із загальної теорії і методики спортивної підготовки в оцінюванні та прогнозуванні результатів в спорті.

**Міждисциплінарні зв'язки.** Курс «Методи оцінки та прогнозування в спорті» базується на знаннях теорії спортивного тренування, інформатики, теорії та методики фізичного виховання. Знання отримані під час вивчення курсу дадуть змогу майбутнім фахівцям раціонально планувати навчально-тренувальний процес, оперативно корегувати процес спортивного тренування.

### **3. Програма навчальної дисципліни**

#### ***Розділ 1. Прогнозування у фізичній культурі й спорті.***

##### **Тема 1 Теоретико-методологічні підходи до прогнозування.**

Особливості сучасного етапу розвитку спорту. Тренувальний процес як об'єкт керування. Наукові передумови до розв'язку проблеми прогнозування тренувального процесу.

##### **Тема 2 Принципи прогнозування тренувального процесу.**

Специфічні закономірності процесу становлення спортивної майстерності. Принциповий зв'язок між станом спортсмена й тренувальним навантаженням. Принципові установки до прогнозування тренувального процесу. Форми побудови тренування. Принципові моделі системи побудови тренування в річному циклі.

##### **Тема 3 Логічна схема прогнозування тренування в річному циклі.**

Технологія прогнозування. Технологія розробки кількісної моделі динаміки стану спортсмена в річному циклі. Конкретизація організації тренувального навантаження на більших етапах підготовки.

#### ***Розділ 2. Прогнозування спортивного результату.***

#### **Тема 4 Спортивний результат – основа прогнозування результативності змагальної діяльності.**

Критерії визначення спортивних результатів. Популяційні, індивідуальні й винні критерії. Критерії показності, прогресування, стабільності, щільності й надійності результатів.

#### **Тема 5 Значення, зміст і основні методи прогнозування спортивних результатів.**

Завдання й напрямку прогнозування в сфері фізичної культури й спорту. Основні операції прогнозування при розробці прогнозованої моделі. Класифікація методів прогнозування. Прогноз світових і вищих олімпійських досягнень у спорті.

#### **Тема 6 Оцінка ефективності прогнозування.**

Підходи до оцінки точності прогнозу. Порівняльна оцінка точності прогнозів спортивних досягнень. Показники помилок і проблема пророкування майбутніх спортивних досягнень.

### **4. Структура навчальної дисципліни**

Назви тематичних розділів і тем	Кількість годин				
	денна форма				
	Усього	у тому числі			
л		прак.	сам.р.	інд.з	
1	2	3	4	5	6
<b>Розділ 1. Прогнозування у фізичній культурі й спорті.</b>					
<b>Тема 1.</b> Теоретико-методологічні підходи до прогнозування.	10	2	2	6	
<b>Тема 2.</b> Принципи прогнозування тренувального процесу та види контролю	16	2	4	10	
<b>Тема 3.</b> Логічна схема прогнозування тренування в річному циклі.	16	2	4	10	
<b>Разом за розділом 1</b>	<b>42</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	<b>26</b>	
<b>Розділ 2. Прогнозування спортивного результату.</b>					
<b>Тема 4.</b> Спортивний результат – основа прогнозування результативності змагальної діяльності	16	2	4	10	
<b>Тема 5.</b> Значення, зміст і основні методи прогнозування спортивних результатів.	16	2	4	10	
<b>Тема 6.</b> Оцінка ефективності прогнозування	14		4	10	
<b>Разом за розділом 2</b>	<b>46</b>	<b>4</b>	<b>12</b>	<b>30</b>	
<b>Всього годин</b>	<b>88</b>	<b>10</b>	<b>22</b>	<b>56</b>	

### 5. Теми лекційних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Теоретико-методологічні підходи до прогнозування.	2
2.	Принципи прогнозування тренувального процесу	2
3.	Логічна схема прогнозування тренування в річному циклі.	2
4.	Спортивний результат – основа прогнозування результативності змагальної діяльності	2
5.	Значення, зміст і основні методи прогнозування спортивних результатів.	2
<b>Усього</b>		<b>10</b>

### 6. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Теоретико-методологічні підходи до прогнозування.	2
2.	Принципи прогнозування тренувального процесу	4
3.	Логічна схема прогнозування тренування в річному циклі.	4
4.	Спортивний результат – основа прогнозування результативності змагальної діяльності	4
5.	Значення, зміст і основні методи прогнозування спортивних результатів.	4
6.	Оцінка ефективності прогнозування	4
<b>Усього</b>		<b>22</b>

### 7. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	<b>Тема 1. Теоретико-методологічні підходи до прогнозування.</b> 1. Особливості сучасного етапу розвитку спорту. 2. Тренувальний процес як об'єкт керування. 3. Наукові передумови до розв'язку проблеми прогнозування тренувального процесу.	6
2.	<b>Тема 2. Принципи прогнозування тренувального процесу.</b> 1. Специфічні закономірності процесу становлення спортивної майстерності. 2. Принциповий зв'язок між станом спортсмена й тренувальним навантаженням. 3. Принципові установки до прогнозування тренувального процесу. 4. Форми побудови тренування. 5. Принципові моделі системи побудови тренування в річному циклі.	10
3.	<b>Тема 3. Логічна схема прогнозування тренування в річному циклі.</b> 1. Технологія прогнозування. 2. Технологія розробки кількісної моделі динаміки стану спортсмена в річному циклі. 3. Конкретизація організації тренувального навантаження на більших	10

	етапах підготовки.	
4.	<b>Тема 4. Спортивний результат – основа прогнозування результативності змагальної діяльності.</b> 1. Критерії визначення спортивних результатів. 2. Популяційні, індивідуальні й винні критерії. 3. Критерії показності, прогресування, стабільності, щільності й надійності результатів.	10
5.	<b>Тема 5. Значення, зміст і основні методи прогнозування спортивних результатів.</b> 1.Завдання й напрямку прогнозування в області фізичної культури й спорту. 2. Основні операції прогнозування при розробці прогнозної моделі. 3. Класифікація методів прогнозування. 4. Прогноз світових і вищих олімпійських досягнень у спорті.	10
6.	<b>Тема 6. Оцінка ефективності прогнозування.</b> 1. Підходи до оцінки точності прогнозу. 2. Порівняльна оцінка точності прогнозів спортивних досягнень. 3. Показники помилок і проблема пророкування майбутніх спортивних досягнень.	10
<b>Усього</b>		<b>56</b>

### Індивідуальне завдання

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Теоретико-методологічні підходи до прогнозування.	
2	Принципи прогнозування тренувального процесу	
3	Логічна схема прогнозування тренування в річному циклі.	
4	Спортивний результат – основа прогнозування результативності змагальної діяльності	
5	Значення, зміст і основні методи прогнозування спортивних результатів.	
6	Оцінка ефективності прогнозування	
<b>Усього</b>		

## 8. Види контролю і система накопичення балів

Розподіл балів, які отримують студенти

Поточний контроль знань		Підсумковий контроль		Сума
Атестація 1	Атестація 2	Індивідуальне завдання	Залік	100
Розділ 1	Розділ 2	20	20	
30	30			

### ***Види поточного та підсумкового контролю:***

- Виконання практичних завдань для участі у практичних заняттях з кожного розділу навчальної дисципліни.
- Експрес-опитування з навчального матеріалу, що виноситься на самостійне опрацювання.
- Поточний тестовий контроль
- Підсумковий контроль із самостійної роботи студентів.
- Підсумковий тестовий контроль
- Підсумковий семестровий контроль (залік).

### ***Практичні та лекційні заняття***

Робота на практичних заняттях оцінюються максимально у 40 балів протягом вивчення дисципліни:

Критерії оцінювання:

а) доповідь на практичному (семінарському) занятті за умов послідовності, логічності, обґрунтованості викладення матеріалу, вміле й вивірене формулювання висновків, використання додаткового наочного забезпечення – **5,0 балів** («відмінно» за національною шкалою);

б) доповідь на практичному (семінарському) занятті за умов послідовності, логічності, обґрунтованості викладення матеріалу, наявності окремих несуттєвих помилок під час доповіді, використання додаткового наочного забезпечення – **4,0 бали** («добре» за національною шкалою);

в) доповідь на практичному (семінарському) занятті за умов: матеріал, в основному, викладено правильно, але неповно, наявні значні помилки, неточності у викладенні матеріалу, не використано додаткового наочного забезпечення, при відповідях на додаткові питання допущено помилки, але суть питань в основному розкрита, не зважаючи на зазначені вище недоліки – **3,0 бали** («добре» за національною шкалою).

г) активна участь в обговоренні доповідей, участь у дискусії – **2,0 бал** («задовільно» за національною шкалою).

д) участь у практичному та лекційному занятті – додатковий **1,0 бал** («задовільно» за національною шкалою, за кожне заняття).

### ***Підсумковий контроль***

Підсумковий контроль складається із 2-х частин. Самостійне завдання оцінюється максимально у **20 балів**. Підсумком виконання самостійного завдання студента є виконання презентації на одну з запропонованих викладачем тем для самостійного опрацювання.

Критерії оцінювання:

*Змістовність* представленого матеріалу – максимум **5 балів**.

*Креативність* оформлення роботи: використання нестандартних підходів, художні здібності студента, повнота та збалансованість викладення матеріалу, використання усіх можливих засобів інформування (аудіо-, відео-, графіка, анімація, текст тощо) – максимум **5 балів**.

*Рівень володіння* можливостями, закладеними до програми «Microsoft Power Point» – максимум **5 балів**.

*Публічна презентація* доповіді та її захист – максимум **5 балів**.

Рівні оцінювання:

– «відмінно» за національною шкалою – висока креативність, новаторство, термінологічно правильно та повно, збалансовано викладений матеріал, високий рівень використання можливостей програми «Microsoft Power Point», охайне виконання роботи, відмінна доповідь та її захист – **5,0 балів;**

– «добре» за національною шкалою – застосовано творчий підхід до виконання роботи, термінологічно правильно викладений матеріал, але наявні незбалансованість або його не повне викладення, достатній рівень використання можливостей програми «Microsoft Power Point», охайне виконання роботи, хороша доповідь та її захист, охайне виконання роботи – **4,0 бали;**

– «задовільно» за національною шкалою – творчість у викладенні матеріалу відсутня, використовується «стандартний стиль» та зміст



викладення матеріалу, незначні орфографічні та граматичні помилки, задовільна доповідь та її захист, неохайне виконання роботи – **3 бали**;

– «незадовільно» за національною шкалою – використовується «стандартний стиль» та зміст викладення матеріалу, «плагіат» значні орфографічні, граматичні та стилістичні помилки, незадовільна доповідь та її захист, неохайне виконання роботи – **1-2 бали**.

Підсумковий тестовий контроль (залік), який має вагу у **20 балів**. Тестовий контроль проводиться наприкінці вивчення дисципліни у формі складання заліку за розробленими комплексними тестовими завданнями у системі електронного навчання «MOODLE» та має максимальну вагу - **20 балів**. Залік передбачає підсумковий контроль знань, який складається зі 100 питань за основними положеннями курсу.

***Критерії оцінювання знань:***

– «відмінно» за національною шкалою – студент отримує – **20-16 балів** (86 – 100 % вірних відповідей).

– «добре» за національною шкалою - студент отримує **15-13 балів** (66 – 85 % вірних відповідей).

– «задовільно» за національною шкалою - студент отримує **12-6 балів** (50 – 65 % вірних відповідей).

– «незадовільно» за національною шкалою студент отримує - **5-0 балів** (менше 50 % вірних відповідей).

***Сумарно студент може отримати*** протягом двох атестацій та підсумкового контролю:

- 1) за роботу на практичних заняттях – до **40 балів**
- 2) за участь та проведену роботу під час лекційних та практичних занять – до **20 балів**
- 3) за виконання завдань самостійної роботи – до **20 балів**
- 4) за підсумковий тестовий контроль (залік) – до **20 балів**

№	Види контрольного заходу/кількість контрольних заходів / кількість балів	Кількість контрольних заходів	Кількість балів за 1 захід	Усього балів
1	Практичне заняття	9	4	36
2	Обговорення самостійного творчого завдання на семінарському занятті	1	4	4
3	Контрольне тестування: самостійне проходження тесту за матеріалом Розділ 1. У системі електронного забезпечення навчання ЗНУ	1	10	10
4	Контрольне тестування: самостійне проходження тесту за матеріалом Розділ 2. в системі електронного забезпечення навчання ЗНУ. Кількість спроб не враховується. Час не обмежено.	1	10	10
Підсумковий контроль-залік	Індивідуальне практичне завдання	2	10	20
	Контрольне тестування за вивченим матеріалом курсу в письмовому вигляді		20	20
<b>Усього</b>		14		100

### Шкала оцінювання: національна та ECTS

За шкалою ECTS	За шкалою Університету	За національною шкалою	
		Екзамен	Залік
A	90 – 100 (відмінно)	5 (відмінно)	Зараховано
B	85 – 89 (дуже добре)	4 (добре)	
C	75 – 84 (добре)		
D	70 – 74 (задовільно)	3 (задовільно)	
E	60 – 69 (достатньо)		
FX	35 – 59 (незадовільно – з можливістю повторного складання)	2 (незадовільно)	Не зараховано
F	1 – 34 (незадовільно – з обов'язковим повторним курсом)		

## 9. Рекомендована література

### Основна:

1. Баландин В.И. Прогнозирование в спорте / В.И. Баландин / М. : Физ и спорт, 1986 – 100с.
2. Бондарчук А.П. Периодизация спортивной тренировки, Учеб. Для вуз. Физ. культуры / А.П. Бондарчук / К. : Олимп. лит-ра, 2005. – 200с.
3. Демінський О.Ц. Оптимізація навчально-тренувального процесу, Навч.-метод. посіб. / О.Ц. Демінський / Херсон : Айлант, 2002. – 54с.
4. Костюкевич В.М. Теорія і методика тренування спортсменів високої кваліфікації, Навч.-метод. посіб. / В.М. Костюкевич / К : Освіта України, 2009. –276с.
5. Курамшина Ю.Ф. Теория и методика физической культуры: Учебник / Под. Ред. Проф. Ю.Ф. Курамшина. – 2-е изд., испр. – М.: Советский спорт, 2004. – 464с.
6. Курамшина Ю.Ф. Спортивная рекордология: теория, методология, практика [Текст]: монография / Ю.Ф. Курамшина. – М.: Советский спорт, 2005. – 408с.
7. Літвин В.І. Серійно-інтервальний метод кругового тренування в комплексному занятті з фізичного виховання, методичні рекомендації / В.І. Літвин / Запоріжжя : ЗДУ, 1992. – 35с.
8. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в Олимпийский спорт : Учебник: В 2-х кн. Кн.2 / В.Н. Платонов / К. : Олимп. лит-ра, 1997. – 625с.
9. Платонов В.Н. Периодизация спортивной тренировки, Учебник / В.Н. Платонов/ К. : Олимп. лит-ра, 2013. – 320с.
10. Рыбаков В.В. Управление спортивной подготовкой: теоретико-методические основания /В.В. Рыбаков, А.В. Уфимцев, А.И. Федоров, М.Н. Ахмедзянов: Монография. – М.: СпортАкадемПресс; Челябинск: ЧГУ; ЧГНОЦ УрО РАО, 2003. – 480с.
11. Сирис П.З. Отбор и прогнозирование способностей в легкой атлетике, методичні рекомендації / П.З. Сирис / М. : Физ и спорт, 1983 – 60с.
12. Шапошников В.И. Таймазов В.А. Хронобиология и спорт [Текст]: монография / В.И. Шапошникова, В.А. Таймазов. – М.: Советский спорт, 2005. – 180с. ЧГУ;

## ІНФОРМАЦІЙНІ РЕСУРСИ

1. <http://lib.sportedu.ru/Press/ТРФК/2005n6/p16-19.htm>
2. <http://chel.samopoznanie.ru/school/modeluspexa/>
3. <http://www.dissercat.com/content/pedagogicheskoe-modelirovanie-protsessa-orientatsii-mladshikh-shkolnikov-na-zdorovyi-obraz-z>
4. [http://www.zpzs.ru/healthcare\\_education/4179.html](http://www.zpzs.ru/healthcare_education/4179.html)
5. <http://stratum.ac.ru/textbooks/modelir/contents.html>
6. <http://www.vitawell.ru/psichosomatika/mentalno-kognitivnie-modeli/kognitivnie-modeli>

Погоджено Мет. рекомендації О.В.

відділ з навчальної роботи

« 06 » лютого 2018

