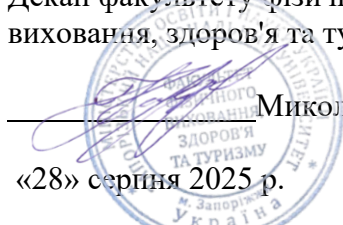


ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ, ЗДОРОВ'Я ТА ТУРИЗМУ

ЗАТВЕРДЖУЮ

Декан факультету фізичного
виховання, здоров'я та туризму

 Микола МАЛІКОВ

«28» серпня 2025 р.

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

НАУКОВІ ОСНОВИ СУЧАСНОЇ СИСТЕМИ СПОРТИВНОЇ ПІДГОТОВКИ

підготовки магістр
денної та заочної форми здобуття освіти
освітньо-професійна програма «Фізичне виховання»
спеціальності 017 Фізична культура і спорт
галузь знань 01 Освіта/Педагогіка

ВИКЛАДАЧ: доктор педагогічних наук, професор Клопов Роман Вікторович

Обговорено та ухвалено
на засіданні кафедри фізичної
культури і спорту
Протокол № 1 від 27.08.2025 р.
Завідувач кафедри фізичної
культури і спорту



А.В. СВАТЬЄВ

Погоджено
Гарант освітньо-професійної
програми



В.О. Тищенко

2025 рік

Зв'язок з викладачем: доктор педагогічних наук, професор Клопов Роман Вікторович

E-mail: clorov-r@ukr.net

Сезн ЗНУ повідомлення: <https://moodle.znu.edu.ua/course/view.php?id=11465>

Телефон: +380501865040

Інші засоби зв'язку: *Viber, Skype, Facebook Messenger, WhatsApp, Telegram* – за вибором викладача
Кафедра фізичної культури і спорту, вул. Дніпровська, 35 СОК ЗНУ, ауд. 215.

1. Опис навчальної дисципліни

«Наукові основи сучасної системи спортивної підготовки» – це профільна навчальна та наукова дисципліна, що формує систему фундаментальних знань у здобувачів, які є необхідними в професійній діяльності тренера-педагога у галузі фізичної культури і спорту, яка реалізується у заключному семестрі магістерської програми в межах блоку вибіркового дисциплін, ґрунтується на змісті попередніх нормативних компонентів освітньої програми та передбачає наявність у здобувача сформованого комплексу професійних знань і вмінь. Метою викладання навчальної дисципліни «Наукові основи сучасної системи спортивної підготовки» є формування у майбутніх фахівців цілісної системи наукових знань про теоретико-методологічні, медико-біологічні та організаційні засади побудови сучасної системи підготовки тренера-педагога у галузі фізичної культури і спорту для досягнення максимальних спортивних результатів на різних етапах багаторічного вдосконалення.

Основними завданнями вивчення дисципліни «Наукові основи сучасної системи спортивної підготовки» є вивчення студентами теорії та методики проведення науково-педагогічних досліджень у фізичній культурі і спорті; підготовка їх до самостійного виконання науково-дослідної роботи у галузі фізичної культури і спорту, ознайомлення з методикою підготовки і інтерпретації результатів наукових досліджень, повідомлень, доповідей, наукових статей, курсових і дипломних робіт.

Для успішного засвоєння дисципліни здобувач має володіти: базовими знаннями методології наукових досліджень та навичками роботи з науковою інформацією, набутими під час опанування ОК «Методологія і організація наукових досліджень у фізичній культурі і спорті» (ЗПЗ); умінням застосовувати сучасні цифрові та аналітичні інструменти, сформованим у межах ОК «Інформаційні технології у фізичній культурі і спорті» (ЗП2); розумінням організаційних основ, структури та логіки тренувального процесу, що забезпечується засвоєнням дисциплін професійного циклу – зокрема «Теорія управління у фізичній культурі і спорті» та «Організація та проведення спортивних змагань» (ППС1, ППС4); початковим досвідом аналізу та інтерпретації практичних ситуацій у фізичній культурі і спорті, отриманим у ході практичної підготовки. Наявність цих компетентнісних передумов забезпечує здатність здобувача критично осмислювати закономірності спортивної підготовки, інтегрувати наукові підходи у практику тренувального процесу та здійснювати професійний аналіз моделей підготовки спортсменів різних кваліфікацій.

Формування професійних компетентностей СК1, СК2, СК4, СК7 та СК8, які передбачають проведення досліджень, планування й управління тренувальним процесом, впровадження інноваційних методик. Дисципліна виступає важливою змістовою основою для інтеграції теоретичних знань у науково-дослідну та практичну діяльність здобувача. Опанування вибіркового ОК сприяє поглибленню професійних знань здобувачів у галузі теорії та методики спортивної підготовки, розширює розуміння сучасних моделей організації тренувального процесу, принципів побудови тренувальних навантажень та критеріїв їх ефективності. Засвоєний зміст може бути використаний здобувачами для більш глибокого аналізу професійних ситуацій і обґрунтування рішень у сфері спортивного тренування. Опанований матеріал також поглиблює професійну компетентність, що позитивно впливає на готовність здобувача до складання атестаційного екзамену, особливо в тих питаннях, які стосуються сучасних підходів до спортивної підготовки та організації тренувального процесу. Згідно з освітньо-професійною програмою «Фізичне виховання» навчальна дисципліна «Наукові основи сучасної системи спортивної підготовки» належить до циклу дисциплін вільного вибору студента в межах спеціальності.

Запорізький національний університет
Силабус навчальної дисципліни
Наукові основи сучасної системи спортивної підготовки
Паспорт навчальної дисципліни



Нормативні показники	денна форма здобуття освіти	заочна форма здобуття освіти
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>
Статус дисципліни	Вибіркова	
Семестр	3 -й	3 -й
Кількість кредитів ECTS	3	3
Кількість годин	90	90
Лекційні заняття	14 год.	4 год.
Практичні заняття	12 год.	4 год.
Самостійна робота	64 год.	82 год.
Консультації	Кожний вівторок о 11-00, спортивний комплекс ЗНУ, каб. 215.	
Вид підсумкового семестрового контролю:	залік	
Посилання на електронний курс у СЕЗН ЗНУ (платформа Moodle)	https://moodle.znu.edu.ua/course/view.php?id=11465	



2. Методи досягнення запланованих освітньою програмою компетентностей і результатів навчання

Компетентності/ результати навчання	Методи навчання	Форми і методи оцінювання
1	2	3
ЗК2. Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел. СК1. Здатність до критичного осмислення проблем у сфері фізичної компетентності культури і спорту, оригінального мислення та проведення досліджень СК6. Здатність до самоосвіти, самовдосконалення та саморефлексії для успішної професіоналізації у сфері фізичної культури і спорту. СК7. Здатність планувати, організовувати та здійснювати самостійні наукові дослідження з проблем фізичної культури. СК9. Усвідомлювати принципи професійної та академічної етики і необхідність їх дотримання. РН1. Аналізувати особливості, протиріччя та перспективи розвитку сучасної сфери фізичної культури і спорту, критично осмислювати проблеми у галузі та на межі галузей знань. РН2. Приймати ефективні рішення щодо вирішення проблем у сфері фізичної культури та спорту, генерувати та порівнювати альтернативи, оцінювати ризики та ресурсні потреби. РН3. Вільно обговорювати результати професійної діяльності, досліджень та інноваційних проєктів у сфері фізичної культури та спорту державною та іноземною мовами усно і письмово. РН4. Зрозуміло і недвозначно доносити власні знання, висновки та аргументацію з питань фізичної культури та спорту до фахівців і нефаківців, зокрема до осіб, які навчаються.	Пояснювально-ілюстративні (пояснення, презентації), частково-пошукові (дискусії на практичних заняттях), дослідницькі (пошук наукових статей та підготовка до обговорення теоретичних питань на практичних заняттях), практичні методи: виконання практичних завдань, завдання самостійної роботи (есе).	Поточний контроль: усний контроль - опитування; письмовий контроль – оцінювання виконання практичних завдань, завдань на встановлення відповідностей, написання есе, оцінювання створення презентацій, створення моделей, таблиць та схем, оцінювання виконання завдань самостійної роботи; поточне тестування (у СЕЗН ЗНУ на платформі Moodle). Підсумковий контроль – залік: контрольне тестування (у СЕЗН ЗНУ на платформі Moodle), оцінювання письмового виконання практичного завдання – написання тез для наукової конференції.

3. Зміст навчальної дисципліни

Розділ 1. Наука й наукові дослідження в сучасному світі

Тема 1. Поняття та загальні відомості про науку. Мета науки.

Основні поняття науки: категорія, принципи, аксіоми, закони, теорії, гіпотеза. Історичні етапи розвитку науки та її зв'язку з практикою. Класифікація типів галузей наук: природничі, суспільні, технічні, їх сутність, застосування. Поняття про наукознавство. Історичні моделі тренування: від класичної періодизації до сучасних гібридних систем. Фундаментальні та прикладні дослідження галузі фізичної культури та спорту. Значення наукових досліджень в олімпійському та професійному спорті.



Наукові основи сучасної системи спортивної підготовки

Тема 2. Організаційна структура наукових досліджень в Україні

Система організації наукових досліджень в Україні. Основні сектори організації наукових досліджень. Установи які безпосередньо здійснюють наукові дослідження в Україні. Національна академія наук України. Академія педагогічних наук України. Нормативно-правові документи, які регулюють наукову та науково-технічну діяльність.

Тема 3. Основні поняття наукового дослідження

Категоріальний апарат наукових досліджень в галузі фізичної культури і спорту та його зміст. Теоретичне, методичне, прикладне, історичне наукове поняття. Система педагогічної термінології: предметні, операційні, конкретні, абстрактні. Значення наукових досліджень в олімпійському та професійному спорті. Суттєві ознаки понять: емоційно-спонукальний компонент, раціонально-логічний компонент, потенційно-діяльнісний компонент.

Розділ 2. Методологія і методи наукових досліджень

Тема 4. Організація науково-педагогічних досліджень

Вимоги до наукового дослідження: новизна, актуальність, необхідність, плановість, глибина, об'єктивність та критичність. Ретроспективний аналіз досліджуваної проблеми. Багатокомпонентна (мультицільова) періодизація. Взаємодія між компонентами: як один вид підготовки підсилює інший. Мультимодальний підхід: одночасний розвиток кількох компонентів у тренувальному занятті. Система багаторічної підготовки спортсмена: етапи, вікові особливості, моделі розвитку. Системний підхід: взаємозв'язки між навантаженням, адаптацією та результативністю.

Тема 5. Етапи наукового дослідження

Нелінійна (гнучка) періодизація: основні концепції та практичне застосування.. Науково-методичне мислення та дата-орієнтовані рішення. Командна взаємодія: медичний штаб, аналітики, наукові консультанти. Чергування тренувальних стимулів у коротких хвилеподібних циклах. Значення медичного контролю та регулярного скринінгу спортсмена. Використання цифрових панелей, дашбордів і програм аналітики. Протоколювання рішень і систематизація інформації для всієї команди. Роль доказової бази у формуванні тренувальних рішень. Відповідальність та академічна доброчесність у тренерській діяльності.

Розділ 3. Інформаційне забезпечення професійної підготовки майбутніх фахівців для системи спортивної підготовки у закладах вищої освіти з застосуванням інформаційних технологій

Тема 6. Використання сучасних інформаційних технологій у науковій діяльності

Концепція інформаційного забезпечення спортивної підготовки. Сутність інформаційного середовища у спортивній освіті. Моделі інформаційних потоків у ЗВО та спортивних організаціях. Інтернет-технології в процесі пошуку та обміну інформацією (програма-постачальник Internet Explorer; електронна пошта (e-mail); телеконференції (Internet News). Вебінар як форма інтернет-комунікації. Спортивні інформаційні платформи (Smartabase, Kinduct, Catapult AMS). Інтеграція навчальних та тренувальних інформаційних систем. Архітектура «єдиного цифрового профілю спортсмена». Використання сучасних інформаційних технологій у системі спортивної підготовки.

Розділ 4. Сучасна концепція спортивної підготовки: структура, принципи, наукові підходи.

Тема 7. Поняття сучасної системи спортивної підготовки: сутність і призначення

Структура спортивної підготовки: загальна, спеціальна, технічна, тактична, психологічна та інтегральна підготовка. Компоненти тренувального процесу: тренувальні засоби, методи, навантаження, контроль, відновлення. Основні принципи спортивної підготовки: системність, безперервність, поступовість, індивідуалізація, варіативність, спеціалізація, циклічність.

Тема 8. Робота над написанням наукових статей, монографій, наукових доповідей і повідомлень в системі спортивної підготовки

Види наукових публікацій. Наукова конференція. Студентська наукова конференція.



Доповідь. Наукове оформлення звітної документації. Практичне застосування результатів дослідження.

Тема 9. Культура наукової праці

Етика як невід'ємна характеристика наукової діяльності. Посилання на відомий текст. Цитування авторської думки. Уміння працювати з авторським текстом: аналіз та узагальнення, висновки. Ерудиція дослідника та коректність роботи із науковими джерелами. Плагіат та його негативні наслідки. Професійні якості дослідника.

Запорізький національний університет
Силабус навчальної дисципліни
Наукові основи сучасної системи спортивної підготовки
4. Структура навчальної дисципліни



Вид заняття /роботи	Назва теми	Кількість годин		Згідно з розкладом
		о/д.ф.	з.ф.	
1	2	3	4	5
Лекція 1	Тема. Поняття та загальні відомості про науку. Мета науки.	2	2	тиждень 1
Практичне заняття 1	Тема. Поняття та загальні відомості про науку. Мета науки. <i>Перелік питань:</i> 1. Основні поняття науки: категорія, принципи, аксіоми, закони, теорії, гіпотеза. 2. Історичні етапи розвитку науки та її зв'язку з практикою. 3. Класифікація типів галузей наук: природничі, суспільні, технічні, їх сутність, застосування. <i>Завдання:</i> 1. Встановити відповідність між поняттями та їх визначеннями. 2. Схематично зобразити наукові основи та джерела щодо системи спортивної підготовки. 3. Створити мультимедійну презентацію за тематикою лекції	2	2	тиждень 2
Самостійна робота	Тема. 1. (за розділом 1) Поняття та загальні відомості про науку. Мета науки. <i>Перелік питань:</i> Поняття про наукознавство. 1. Короткі відомості про дослідження, методологію дослідження. 2. Фундаментальні та прикладні дослідження. 3. Значення наукових досліджень в олімпійському та професійному спорті. <i>Завдання:</i> 1. Опрацювати літературні джерела та електронні ресурси з теми. Виписати різні трактування поняття «наука, методологія». 2. Проаналізувати зміст лекції та дати письмову відповідь на запитання: «Значущість науки у системі спортивної підготовки».	12	16	
Лекція 2	Тема. Сучасна концепція спортивної підготовки: структура, принципи, наукові підходи.	4	-	тиждень 3
Практичне заняття 2	Тема. Сучасна концепція спортивної підготовки: структура, принципи, наукові підходи. <i>Перелік питань:</i> 1. Поняття сучасної системи спортивної підготовки: сутність і призначення. 2. Структура спортивної підготовки: загальна, спеціальна, технічна, тактична, психологічна та інтегральна підготовка. 3. Компоненти тренувального процесу: тренувальні засоби, методи, навантаження, контроль, відновлення. 4. Основні принципи спортивної підготовки: системність, безперервність, поступовість, індивідуалізація, варіативність, спеціалізація, циклічність. <i>Завдання:</i> 1. Схематично зобразити структурні компоненти	2	-	тиждень 4



	спортивної підготовки. 2. Підготувати короткий аналітичний висновок про те, як наукові дослідження впливають на розвиток сучасних тренувальних методик.			
Самостійна робота	Тема Основні поняття наукового дослідження. Організація науково-педагогічних досліджень. <i>Перелік питань:</i> 1. Актуальність проблеми дослідження, мета, гіпотеза. 2. Календарний план дослідження. 3. Аналіз результатів дослідження. 4. Практичне застосування результатів дослідження. <i>Завдання:</i> 1. Схематично зобразити функціональні зв'язки наукового тезаурусу дослідження в межах спортивної науки. 2. Заповнити таблицю «Проблеми вибору теми наукового дослідження».	14	16	
Лекція 3	Тема. Інформаційне забезпечення професійної підготовки майбутніх фахівців для системи спортивної підготовки у закладах вищої освіти із застосуванням інформаційних технологій	4	2	тиждень 5
Практичне заняття 3	Тема. Інформаційне забезпечення професійної підготовки майбутніх фахівців для системи спортивної підготовки у закладах вищої освіти із застосуванням інформаційних технологій. <i>Перелік питань:</i> 1. Поняття про наукову інформацію та її роль у проведенні наукових досліджень. 2. Джерела інформації та їх використання в науково-дослідній роботі. 3. Спеціальні галузеві інформаційні ресурси і техніка роботи зі спеціальною літературою. 4. Інтернет-технології в процесі пошуку та обміну інформацією <i>Завдання:</i> 1. Схематично зобразити алгоритм інформаційного забезпечення системи підготовки майбутніх фахівців з спортивного тренування у закладах вищої освіти із застосуванням ІТ. 2. Схематично зобразити складові системи інформаційного забезпечення. 3. Опрацювати літературні джерела та електронні ресурси з теми. Виписати визначення поняття «інформаційні технології», «система спортивної підготовки», «інформатизація».	2	2	тиждень 6
Самостійна робота	Тема Інформаційне забезпечення професійної підготовки майбутніх фахівців для системи спортивної підготовки у закладах вищої освіти із застосуванням інформаційних технологій. <i>Перелік питань:</i> 1. Платформи видеотрансляції, як форма інтернет-комунікації. 2. Робота із джерелами фахової інформації. 3. Використання сучасних інформаційних технологій у системі спортивної підготовки. <i>Завдання:</i> 1. Схематично зобразить складові джерел інформації. 2. Схематично зобразить види джерел інформації. 3. Проаналізуйте зміст лекції. Дайте письмову	14	16	



	відповідь на запитання: «Вплив інформації на сучасну систему спортивної підготовки».			
Лекція 4	Тема. Етапи наукового дослідження у системі сучасної спортивної підготовки	2	-	тиждень 7
Практичне заняття 4	Тема. Етапи наукового дослідження у системі сучасної спортивної підготовки. <i>Перелік питань:</i> 1. Наукове дослідження, рушій розвитку системи спортивної підготовки. 2. Загальна схема проведення наукового дослідження: об'єкт дослідження, предмет дослідження, пошук наукової інформації. 3. Гіпотеза, умови формування. 4. Теоретичні основи дослідження. <i>Завдання:</i> 1. Схематично зобразити прикладне застосування наукових досліджень у системі спортивної підготовки. 2. Схематично представити етапи наукового дослідження. 3. Заповнити таблицю «Специфічні принципи сучасної системи спортивної підготовки».	2	-	тиждень 8
Самостійна робота	Тема Етапи наукового дослідження у системі спортивної підготовки. <i>Перелік питань:</i> 1. Програма дослідження. 2. Методика дослідження. 3. Організація дослідження. 4. Педагогічні спостереження як метод наукового дослідження. 5. Педагогічний експеримент як метод наукового дослідження. 6. Обробка та аналіз результатів. 7. Апробація результатів дослідження. <i>Завдання:</i> Проаналізуйте зміст лекції. Дайте письмову відповідь на запитання: «Вплив раціонального застосування етапів наукового дослідження на наукового дослідження в системі спортивної підготовки».	14	16	
Лекція 5	Тема. Принципи побудови оздоровчих і фітнес-програм у закладах освіти	2	-	тиждень 9
Практичне заняття 5	Тема. Принципи побудови оздоровчих і фітнес-програм у закладах освіти <i>Перелік питань:</i> 1. Безпека та профілактика травматизму при проведенні оздоровчих занять. 2. Планування мікроциклів і мезоциклів у фітнес-заняттях для студентів. 3. Побудова комплексних програм розвитку сили, витривалості, гнучкості й координації. 4. Підбір і модифікація вправ для різних рівнів підготовленості. 5. Мотиваційні механізми та залучення студентів до систематичних занять фітнесом. 6. Моніторинг змін фізичного стану студентів: стандартизовані тести, фітнес-скринінг, цифрова аналітика.	2	-	тиждень 10



	7. Приклади ефективних оздоровчих програм у ЗВО: аналіз практичних моделей. <i>Завдання:</i> 1. Створити мультимедійну презентацію за темою практичного заняття. 2. Проходження поточного тестування			
Самостійна робота	Робота над написанням наукових статей, монографій, наукових доповідей і повідомлень в системі спортивної підготовки <i>Перелік питань:</i> 1. Опрацювати сучасні наукові джерела щодо побудови оздоровчих і фітнес-програм та підготувати короткий аналітичний огляд (1–2 сторінки). 2. Скласти індивідуальну фітнес-програму для студента з урахуванням рівня підготовленості, цілей та можливих обмежень. 3. Розробити варіант міні-програми розминки та заминки, адаптованих для університетських занять фізичного виховання. 4. Підібрати приклади вправ з модифікаціями для трьох різних рівнів складності та обґрунтувати, для кого вони підходять. 5. Виконати аналіз ризиків та скласти чек-лист безпеки для проведення оздоровчого тренування у стінах ЗВО. 6. Провести самооцінювання власного рівня фізичної підготовленості за обраною тестовою батареєю та підготувати висновки. <i>Завдання:</i> Проаналізуйте зміст лекції. Дайте письмову відповідь на обране з переліку питань.	14	18	

5. Види і зміст контрольних заходів

Вид заняття/роботи	Вид контрольного заходу	Зміст контрольного заходу*	Критерії оцінювання та термін виконання*	Усього балів
1	2	3	4	5
Поточний контроль				
Практичне заняття 1	Практичне завдання	Усне опитування. Виконання завдань до практичного заняття, створення презентації	Критеріями оцінювання є: повнота відповіді, здатність критичного аналізу теоретичного матеріалу, вміння наводити аргументи та робити висновки. Терміни виконання практичних завдань - у межах підготовки до практичних занять. Терміни виконання завдань самостійної роботи - протягом семестру до залікового тижня. Поточне тестування: 10 тестових завдань – кожна правильна відповідь = 1 бал	5
	Самостійна робота	Виконання завдань самостійної роботи в межах теми 1		5
Практичне заняття 2	Практичне завдання	Усне опитування. Виконання завдань до практичного заняття, складання схем		5
	Самостійна робота	Виконання завдання самостійної роботи в межах теми 2		5
Практичне заняття 3	Практичне завдання	Усне опитування Виконання завдань до		5



	Самостійна робота	практичного заняття, складання схем Виконання завдань самостійної роботи в межах теми 3		5
Практичне заняття 4	Практичне завдання	Усне опитування. Виконання завдань до практичного заняття: складання схем, заповнювання таблиць.		5
	Самостійна робота	Виконання завдання самостійної роботи в межах теми 4		5
Практичне заняття 5	Практичне завдання	Усне опитування Виконання завдань до практичного заняття: складання схем, презентація.		5
	Самостійна робота	Виконання завдання самостійної роботи в межах теми 5		10
Усього за поточний контроль	11			5
Підсумковий контроль				
Залік	Контрольне тестування	Питання для підготовки: https://moodle.znu.edu.ua/mod/resource/view.php?id=649685	Складається тестування з 20 завдань – кожна правильна відповідь = 1 бал	20
	Практичне завдання	Захист ІДЗ на обрану тему або написання тез, статті для наукової конференції. <i>Орієнтовна тематика:</i> 1. Значення науки для галузі ФКіС 2. Застосування специфічних принципів підготовки в галузі ФКіС. 3. Структура наукової діяльності в системі спортивного тренування. 4. Теоретичні засади сучасної системи спортивної підготовки в масовому спорті. 5. Методологія планування тренувального циклу для різних верств населення	Максимально оцінюються в 20 балів: враховується самостійність та актуальність проблематики	20
Усього за підсумковий контроль	2			40



Шкала оцінювання ЗНУ: 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)		

Відповідно до п. 2.7 Положення ЗНУ про порядок визнання результатів навчання, здобутих шляхом неформальної та/або інформальної освіти, здобувачі можуть перезарахувати окремі теми або види навчальної діяльності обсягом до 14 годин за результатами проходження онлайн-курсів, сертифікаційних програм, майстер-класів чи інших форм неформальної/інформальної освіти, зміст яких відповідає тематиці та результатам навчання цього освітнього компонента.

Перелік можливих форм неформальної освіти для перезарахування:

- міжнародні або всеукраїнські вебінари / тренінги;
- короткострокові програми підвищення кваліфікації;
- підтверджені форми самоосвіти (для інформальної освіти — з мотиваційним поясненням).

Умови перезарахування:

- обсяг визнаних результатів не перевищує 14 годин;
- зміст заходу відповідає темам дисципліни;
- здобувач подає сертифікат або інший документ, що підтверджує навчання;
- викладач здійснює перевірку відповідності та приймає рішення про зарахування у межах поточної та підсумкової оцінки дисципліни;
- перезараховані години враховуються як виконання самостійної роботи або опанування окремих тем.



6. Основні навчальні ресурси

Рекомендована література

Основна:

1. Ахметов Р. Ф. Основи наукових досліджень у фізичному вихованні та спорті : навч. посіб. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2018. 204 с.
2. Ашанін В. С., Жерновнікова Я. В., Пятисоцька С. С. Комп'ютерна обробка даних експериментальних досліджень: навч. посіб. Харків: ХДАФК, 2024. 116 с.
3. Загальна теорія підготовки спортсменів : курс лекцій і практикум : навч.-метод. посіб. / О. М. Бурла та ін. Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2015. 184 с.
4. Костюкевич В. М. Теорія і методика спортивної підготовки у запитаннях і відповідях» Навчально-методичний посібник. Вінниця: Планер, 2016. 159 с.
5. Мітова О. О. Теоретико-методичні основи контролю в командних спортивних іграх у процесі багаторічної підготовки: монографія. Дніпро. ТОВ «Дріант, 2022. 396.
6. Основи науково-дослідної роботи магістрантів та аспірантів у вищих навчальних закладах (спеціальність: 017 Фізична культура і спорт): навчальний посібник / В.М. Костюкевич, В.І. Воронова, О.А. Шинкарук, О.В. Борисова; за заг. ред. В.М. Костюкевича. Вінниця : ТОВ «Нілан – ЛТД», 2016. 554 с.
7. Пітин М. Теоретична підготовка в спорті : монографія. Львів : ЛДУФК, 2015. 372 с.
8. Платонов В. М. Сучасна система спортивного тренування : підручник. Київ.: Перша друкарня, 2021. 672 с.
9. Приходько В.В. Концепція управління сучасною системою підготовки спортсменів: монографія. Дніпро, 2018. 332 с.
10. Приходько В.В. Формування сучасної системи підготовки спортсменів : монографія. Дніпро: Інновація, 2019. 384 с.
11. Шиян Б.М. Теорія і методика педагогічних досліджень у фізичному вихованні. Б.М. Шиян, О.М. Вацеба: навчальний посібник. Тернопіль: Навчальна книга. Богдан, 2008. 276 с.
12. Круцевич Т.Ю. Теорія и методика фізичного виховання. Том 1, 2. Київ.: Олімпійська література, 2010.
13. Шинкарук О.А. Теорія і методика підготовки спортсменів: управління, контроль, відбір, моделювання та прогнозування в олімпійському спорті: навч. посіб. О. А. Шинкарук. Київ., 2013. 136 с.

Додаткова:

1. Білогур В., Сивохоп Е., Маріонда І., Карабанов Є. Теоретико-методологічні засади вдосконалення системи фізичного виховання і спорту здобувачів ВО та дорослого населення в парадигмі європейського вектора розвитку. Філософія спорту. 2024. Вип. 18(95). С. 100-112.
2. Борисова О., Дутчак М., Шльонська О. Аналітичний огляд сучасних наукових досліджень за проблемою підготовки спортсменів різного ігрового амплуа в командних ігрових видах спорту. Спортивна наука та здоров'я людини. 2024. Т. 11, №. 1.
3. Гах Р. В., Чорненький А. І., Циквас Р. С. Інтеграція інновацій у систему спортивної підготовки: аналіз українського досвіду та світових тенденцій. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15 : Науково- педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : зб. наукових праць / За ред. О. В. Тимошенка. Київ : Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова, 2024. Вип. 8 (181). С. 54-60.*
4. Лисенко І. А. Організаційно-управлінські аспекти сучасної системи підготовки спортивного резерву в Україні. *Соціально-гуманітарний вісник: зб. наук. пр. Вип. 46. Харків: СГ НТМ «Новий курс», 2024. С. 16-18.*
5. Ніколаєнко В. В., Воробйов М. І., Чопілко Т. Г. Наукові підходи до технології підготовки спортивного резерву у футболі: проблеми і перспективи. *European integration processes in physical education and sports: Scientific monograph. Riga, Latvia: «Baltija Publishing», 2024. С. 201-218.*



Наукові основи сучасної системи спортивної підготовки

6. Оклієвич Н., Пітин М., Яців Я., Гнатчук Я. Наукове обґрунтування компонентів системи підготовки кваліфікованих футболістів вікових груп: теоретичний аналіз. *Olympicus*. 2024. № 3. С.101-111.
7. Оніпченко М. С., Коновальчук Ю. В. Організаційна взаємодія в спорті: управлінські підходи та виклики в сучасних умовах. *Sport Science Spectrum*. 2024. 3. С. 52-59.
8. Пришляк В. М., Некрасов Г. Г., Цап І. Г. Роль інновацій у розвитку сучасних спортивних ігор та їх вплив на фізичну активність і спортивні досягнення. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15 : Науково- педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : зб. наукових праць / За ред. О. В. Тимошенка*. Київ : Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова, 2024. Вип. 8 (181). С. 209-213.
9. Смолюк В. І., Шевчук А. Б., Мудрик Ж. С., Чайковський Д. Й. Особливості сучасної спортивної діяльності здобувачів освіти. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2024. Вип. 6 (179). С. 213-218.

Інформаційні ресурси

1. Національна бібліотека України ім. В.І. Вернадського: URL: [http:// www.nbuv.gov.ua/](http://www.nbuv.gov.ua/)
3. Фізичне виховання та спорт / Запорізький національний університет: [URL: https://journalsofznu.zp.ua/index.php/sport](https://journalsofznu.zp.ua/index.php/sport)

7. Регуляції і політики курсу

Відвідування занять. Регуляція пропусків.

Інтерактивний характер курсу передбачає обов'язкове відвідування лабораторних занять. Студенти, які за певних обставин не можуть відвідувати навчальні заняття регулярно, мусять впродовж тижня узгодити із викладачем графік індивідуального відпрацювання пропущених занять. Окремі пропущені завдання мають бути відпрацьовані на найближчій консультації впродовж тижня після пропуску. Відпрацювання занять здійснюється усно у формі співбесіди за питаннями, визначеними планом заняття. В окремих випадках дозволяється письмове відпрацювання шляхом виконання індивідуального письмового завдання. Студенти, які станом на початок екзаменаційної сесії мають понад 70% невідпрацьованих пропущених занять, до відпрацювання не допускаються.

Політика академічної доброчесності.

Усі письмові роботи, що виконуються слухачами під час проходження курсу, перевіряються на наявність плагіату за допомогою спеціалізованого програмного забезпечення компанії, що надає послуги для ЗНУ. Відповідно до чинних правових норм, плагіатом вважатиметься: копіювання чужої наукової роботи чи декількох робіт та оприлюднення результату під своїм іменем; створення суміші власного та запозиченого тексту без належного цитування джерел; рерайт (перефразування чужої праці без згадування оригінального автора). Будь-яка ідея, думка чи речення, ілюстрація чи фото, яке ви запозичуєте, має супроводжуватися посиланням на першоджерело.

Приклади оформлення цитувань див. на сайті наукової бібліотеки ЗНУ <https://library.znu.edu.ua/2371.ukr.html>. Виконавці індивідуальних дослідницьких завдань обов'язково додають до текстів своїх робіт власноруч підписану Декларацію академічної доброчесності (див. посилання у Додатку до силабусу). Роботи, у яких виявлено ознаки плагіату, до розгляду не приймаються і відхиляються без права перескладання. Якщо ви не впевнені, чи підпадають зроблені вами запозичення під визначення плагіату, будь ласка, проконсультуйтеся з викладачем. Висока академічна культура та європейські стандарти якості освіти, яких дотримуються у ЗНУ, вимагають від дослідників відповідального ставлення до вибору джерел. Посилання на такі ресурси, як Wikipedia, бази даних рефератів та письмових робіт (Studopedia.org та подібні) є неприпустимим. Рекомендовані бази даних для пошуку джерел: Електронні ресурси Національної бібліотеки ім. Вернадського: <http://www.nbuv.gov.ua>



Цифрова повнотекстова база даних англomовної наукової періодики JSTOR:

<https://www.jstor.org/>

Визнання результатів неформальної/інформальної освіти

Процедура врахування результатів, отриманих здобувачем за рахунок неформальної/інформальної освіти визначена у Положенні Запорізького національного університету про порядок визнання результатів навчання, здобутих шляхом неформальної та/або інформальної освіти від 28.02.2025 р. (URL: <https://surl.lu/susxsg>).

Використання комп'ютерів/телефонів на занятті .

Використання мобільних телефонів, планшетів та інших гаджетів під час занять дозволяється виключно у навчальних цілях (для уточнення певних даних, перевірки правопису, отримання довідкової інформації тощо). Будь ласка, не забувайте активувати режим «без звуку» до початку заняття. Під час виконання заходів контролю (контрольних робіт, заліків, іспитів) використання гаджетів заборонено. У разі порушення цієї заборони роботу буде анульовано без права перескладання.

Комунікація.

Базовою платформою для комунікації викладача зі студентами є СЕЗН Moodle. Важливі повідомлення загального характеру – зокрема, оголошення про терміни подання контрольних робіт, коди доступу до сесій у ZOOM та ін. – регулярно розміщуються викладачем на форумі курсу. Для персональних запитів використовується сервіс приватних повідомлень. Відповіді на запити студентів подаються викладачем впродовж трьох робочих днів.

Для оперативного отримання повідомлень про оцінки та нову інформацію, розміщену на сторінці курсу у Moodle, будь ласка, переконайтеся, що адреса електронної пошти, зазначена у вашому профайлі на Moodle, є актуальною, та регулярно перевіряйте папку «Спам».

Якщо за технічних причин доступ до Moodle є неможливим, або ваше питання потребує термінового розгляду, направте електронного листа з позначкою «Важливо» на адресу kafedraops@ukr.net У листі обов'язково вкажіть ваше прізвище та ім'я, курс та шифр академічної групи.

ДОДАТКОВА ІНФОРМАЦІЯ

ГРАФІК ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ 2025-2026 н. р. доступний за адресою: <http://surl.li/afeagu>.

НАВЧАЛЬНИЙ ПРОЦЕС ТА ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЯКОСТІ ОСВІТИ. Перевірка набутих студентами знань, навичок та вмінь (атестації, заліки, іспити та інші форми контролю) є невід'ємною складовою системи забезпечення якості освіти і проводиться відповідно до Положення про організацію та методику проведення поточного та підсумкового семестрового контролю навчання студентів ЗНУ: <https://tinyurl.com/y9tve4lk>.

ПОВТОРНЕ ВИВЧЕННЯ ДИСЦИПЛІН, ВІДРАХУВАННЯ. Наявність академічної заборгованості до 6 навчальних дисциплін (в тому числі проходження практики чи виконання курсової роботи) за результатами однієї екзаменаційної сесії є підставою для надання студенту права на повторне вивчення зазначених навчальних дисциплін. Порядок повторного вивчення визначається Положенням про порядок повторного вивчення навчальних дисциплін та повторного навчання у ЗНУ: <https://tinyurl.com/y9pkmmmp5>. Підстави та процедури відрахування студентів, у тому числі за невиконання навчального плану, регламентуються Положенням про порядок переведення, відрахування та поновлення студентів у ЗНУ: <https://tinyurl.com/ycds57la>.



ВИРІШЕННЯ КОНФЛІКТІВ. Порядок і процедури врегулювання конфліктів, пов'язаних із корупційними діями, зіткненням інтересів, різними формами дискримінації, сексуальними домаганнями, міжособистісними стосунками та іншими ситуаціями, що можуть виникнути під час навчання, регламентуються Положенням про порядок і процедури вирішення

конфліктних ситуацій у ЗНУ: <https://tinyurl.com/57wha734>. Конфліктні ситуації, що виникають у сфері стипендіального забезпечення здобувачів вищої освіти, вирішуються стипендіальними комісіями факультетів, коледжів та університету в межах їх повноважень, відповідно до: Положення про порядок призначення і виплати академічних стипендій у ЗНУ: <https://tinyurl.com/yd6bq6p9>; Положення про призначення та виплату соціальних стипендій у ЗНУ: <https://tinyurl.com/y9r5dpwh>.

ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА. Телефон довіри практичного психолога **Марті Ірини Вадимівни** (061) 228-15-84, (099) 253-78-73 (щоденно з 9 до 21).

УПОВНОВАЖЕНА ОСОБА З ПИТАНЬ ЗАПОБІГАННЯ ТА ВИЯВЛЕННЯ КОРУПЦІЇ
Запорізького національного університету: **Банах Віктор Аркадійович**

Електронна адреса: v_banakh@znu.edu.ua

Гаряча лінія: тел. (061) 227-12-76, факс 227-12-88

РІВНІ МОЖЛИВОСТІ ТА ІНКЛЮЗИВНЕ ОСВІТНЄ СЕРЕДОВИЩЕ. Центральні входи усіх навчальних корпусів ЗНУ обладнані пандусами для забезпечення доступу осіб з інвалідністю та інших маломобільних груп населення. Допомога для здійснення входу у разі потреби надається черговими охоронцями навчальних корпусів. Якщо вам потрібна спеціалізована допомога, будь ласка, зателефонуйте (061) 228-75-11 (начальник охорони). Порядок супроводу (надання допомоги) осіб з інвалідністю та інших маломобільних груп населення у ЗНУ: <https://tinyurl.com/ydhcsagx>.

РЕСУРСИ ДЛЯ НАВЧАННЯ

НАУКОВА БІБЛІОТЕКА: <http://library.znu.edu.ua>

Графік роботи абонементів: понеділок-п'ятниця з 08.00 до 16.00; вихідні дні: субота і неділя.

СИСТЕМА ЕЛЕКТРОННОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ НАВЧАННЯ (MOODLE):
<https://moodle.znu.edu.ua>

Якщо забули пароль/логін, направте листа з темою «Забув пароль/логін» за адресою: moodle.znu@znu.edu.ua

У листі вкажіть: прізвище, ім'я, по-батькові українською мовою; шифр групи; електронну адресу.

Якщо ви вказували електронну адресу в профілі системи Moodle ЗНУ, то використовуйте посилання для відновлення паролю <https://moodle.znu.edu.ua/mod/page/view.php?id=133015>

ЦЕНТР ІНТЕНСИВНОГО ВИВЧЕННЯ ІНОЗЕМНИХ МОВ: <http://sites.znu.edu.ua/child-advance/>

ЦЕНТР НІМЕЦЬКОЇ МОВИ, ПАРТНЕР ГЕТЕ-ІНСТИТУТУ:
<https://www.znu.edu.ua/ukr/edu/ocznu/nim>

ШКОЛА КОНФУЦІЯ (ВИВЧЕННЯ КИТАЙСЬКОЇ МОВИ):
<http://sites.znu.edu.ua/confucius>