

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ОБОРОНИ УКРАЇНИ
імені Івана Черняхівського

ЗАТВЕРДЖУЮ

Начальник навчально-наукового інституту фізичної
культури та спортивно-оздоровчих технологій
полковник

О.ПЕТРАЧКОВ

“ ____ ” _____ 2019 року

КАФЕДРА ТЕОРІЇ, МЕТОДИКИ ТА ОРГАНІЗАЦІЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ І СПОРТУ

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

2.3.06 ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ

для підготовки слухачів Національного університету оборони України імені Івана Черняхівського (заочна форма навчання)

Рівень вищої освіти	другий (магістерський)
Ступінь вищої освіти	магістр
Галузь знань	01 Освіта/Педагогіка
Спеціальність	017 Фізична культура і спорт
Спеціалізації	Фізичне виховання і спорт у Збройних Силах

І. РОЗПОДІЛ НАВЧАЛЬНОГО ЧАСУ ЗА СЕМЕСТРАМИ (ПІВРІЧЧЯМИ, КУРСАМИ) ТА ВИДАМИ НАВЧАЛЬНИХ ЗАНЯТЬ

Півріччя (курси)		Усього годин занять	З них		У тому числі за видами навчальних занять						Курсові роботи	Диференційований залік, екзамен
			Під керівництвом НПП	Самостійна робота	Лекції	Семінарські заняття (круглі столи)	Групові вправи	Групові заняття	Практичні заняття, (СЗК)	Рубіжні контролі		
1 курс		78	10	68	4	4	-	-	2	-	-	-
у тому числі	I збір	14	10	4	4	4	-	-	2	-	-	-
	II міжзоровий період	64	-	64	-	-	-	-	-	-	-	-
2 курс		12	8	4	-	4	-	-	2	-	-	2
у тому числі	III збір	12	8	4	-	4	-	-	2	-	-	2
Усього за навчальну дисципліну		90	18	72	4	8	-	-	4	-	-	2

II. ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН ВИВЧЕННЯ ДИСЦИПЛІНИ

№ з/п	Вид навчального заняття	Кількість годин	Із них		Номер півріччя (курсу навчання), шифри та назва вмінь і змістових модулів, номери та назва тем і навчальних занять, навчальні питання заняття, завдання для самостійної роботи	Матеріально-технічне забезпечення	Інформаційно-методичне забезпечення
			Під керівництвом викладача	Самостійні заняття			
1	2	3	4	5	6	7	8
		14	10	4	І збір		
		8	6	2	Тема 1. Інноваційні технології забезпечення процесу фізичного виховання та спортивної підготовки.		
1.	Л-1	2	2	-	<u>Тема 1. Заняття 1.</u> Інноваційні технології у фізичному вихованні і спорті. 1. Історичні аспекти використання інноваційних технологій у фізичному вихованні та під час підготовки спортсменів. 2. Вплив новітніх технологічних розробок на ефективність процесу фізичного виховання. 3. Проблеми та перспективи використання інноваційних технологій у фізичному вихованні і спорті.	Мультимедійний проектор, комп'ютер	[7, 8, 10, 11]
2.	С-1	4	2	2	<u>Тема 1. Заняття 2.</u> Інноваційні технології у фізичному вихованні і спорті. 1. Фіксована доповідь: “Етапи розвитку інноваційних технологій у фізичному вихованні та під час підготовки спортсменів”. 2. Фіксована доповідь: “Особливості впливу новітніх технологічних розробок на ефективність процесу фізичного виховання”. 3. Перспективи використання інноваційних технологій у фізичному вихованні і спорті.	Навчальні посібники, лектор, слайди, плакати	[7, 8, 11]
3.	ПЗ-1	2	2	-	<u>Тема 1. Заняття 3.</u> Тестування фізичної підготовленості під час занять фізичним вихованням і спортом. 1. Сучасні тести для визначення рівня фізичної працездатності людини. 2. Аналіз та інтерпретація отриманих під час проведення тестів даних. 3. Використання методу радіотелеметричної пульсометрії під час виконання тестових завдань на визначення рівня фізичної працездатності.	Навчальні посібники, конспекти	[7, 8, 11]
		6	4	2	Тема 2. Сучасні технології підготовки спортсменів.		

1	2	3	4	5	6	7	8	
4.	Л-2	2	2	-	<u>Тема 2. Заняття 1.</u> Сучасні технології підготовки спортсменів. 1. Позатренувальні та позазмагальні фактори в системі підготовки спортсменів. 2. Централізовані програми підготовки спортсменів до міжнародних змагань в різних країнах світу.	Мультимедійний проектор, комп'ютер	[7, 8, 10, 11, 18]	
5.	С-2	4	2	2	<u>Тема 2. Заняття 2.</u> Сучасні технології підготовки спортсменів. 1. Особливості позатренувальних факторів в системі підготовки спортсменів. 2. Загальна характеристика позазмагальних факторів в системі підготовки спортсменів. 3. Централізовані програми підготовки спортсменів до міжнародних змагань в різних країнах світу.	Друковані матеріали та інформація на електронних носіях	[7, 8, 10, 11, 18]	
		64	-	64	II міжзборовий період			
		20	-	20	Тема 1. Інноваційні технології забезпечення процесу фізичного виховання та спортивної підготовки.			
		24	-	24	Тема 2. Сучасні технології підготовки спортсменів.			
		20	-	20	Розроблення магістерської роботи			
		12	8	4	III збір			
		6	4	2	Тема 1. Інноваційні технології забезпечення процесу фізичного виховання та спортивної підготовки.			
6.	С-3	4	2	2	<u>Тема 1. Заняття 4.</u> Метод радіотелеметричної пульсометрії та його використання у фізичному вихованні і спорті. 1. Пульсові режими виконання фізичних навантажень. 2. Переважна спрямованість впливу фізичних навантажень в залежності від пульсового режиму їх виконання. 3. Телеметричні засоби реєстрації пульсу.	Друковані матеріали та інформація на електронних носіях	[7, 8, 10, 11, 18]	
7.	ПЗ-2	2	2	-	<u>Тема 1. Заняття 5.</u> Контроль стрес-реакції організму людини за допомогою методу радіотелеметричної пульсометрії. 1. Аналіз рівня стрес-реакції. 2. Інтерпретація отриманих в результаті досліджень даних.			
		4	2	2	Тема 2. Сучасні технології підготовки спортсменів.			
8.	С-4	4	2	2	<u>Тема 2. Заняття 3.</u> Сучасні технології підготовки спортсменів. 1. Система Player tracking. 2. Система VAR. 3. Система Hawk-Eye.	Мультимедійний проектор, комп'ютер	[1; 22-24; 35-38]	
9.	ДЗ	2	2	-	Диференційований залік	Друковані	[1-38]	

1	2	3	4	5	6	7	8
						матеріали та інформація	

III. ІНФОРМАЦІЙНО-МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

1. Анохін Є.Д. Фізична підготовка в арміях провідних країн НАТО: [навч. посібник] / Анохін Є.Д. — Львів: ЛВІ, 2005. — 115 с.
2. Круцевич Т. Ю. Контроль в физическом воспитании детей, подростков и юношей: [учеб. пособие] / Т. Ю. Круцевич, М. И. Воробьев. — К.: ТОВ «Полиграф-Експрес», 2005 — 195 с.
3. Сидорченко К. М. Теорія і методика фізичного виховання : [навч.-метод. посібн.] / Сидорченко К. М. — Одеса, 2011. — 107 с.
4. Сидорченко К. М. Нові технології у фізичному вихованні : [навчально-методичний посібник] / Сидорченко К. М. — Одеса : Військова академія, 2014. — 145 с.
5. Сидорченко К. М. Загальна теорія підготовки спортсменів : [навч.-метод. посібн.] / Сидорченко К. М. — Одеса, 2013. — 214 с.
6. Платонов В. Н. Подготовка квалифицированных спортсменов / В. Н. Платонов. — К.: Физкультура и спорт, 1986. — 286 с., ил.
7. Платонов В. Н. Подготовка юного спортсмена / Платонов В. Н., Сахновский К. П. — К.: Рад. шк., 1988. — 288 с.
8. Романенко В. А. Диагностика двигательных способностей: [учеб. пособ.] / В. А. Романенко. — Донецк: Изд-во ДонНУ, 2005, — 290 с.
9. Теорія і методика фізичного виховання. Загальні основи теорії та методики фізичного виховання: [підручник в 2-х томах / за ред. Т. Ю. Круцевич]. — Київ: Олімпійська література, 2008. — Т. 1. — 391 с.
10. Теорія і методика фізичного виховання. Методика фізичного виховання різних груп населення: [підручник в 2-х томах / за ред. Т. Ю. Круцевич]. — Київ: Олімпійська література, 2008. — Т. 2. — 367 с.
11. Арансон М. В. Питание для спортсменов / М. В. Арансон. — К.: Физкультура и спорт, 2001. — С.72–87
12. Бальсевич В. К. Перспектива развития общей теории и технологии спортивной подготовки и физического воспитания / В.К. Бальсевич // Теор. и практ. физ. культ. —1999, № 4, с. 21–25.
13. Кузин В.В. Система восстановления и повышения спортивной работоспособности / Кузин В.В., Лаптев А.П. — К.: РГАФК, 1999. — 31 с.
14. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры / Л.П. Матвеев. — К.: ФиС, 1991. — 286 с.
15. Меерсон Ф.З. Адаптация, стресс, профилактика – М.: Наука – 1981 – 278 с.
16. Мищенко В.С. Функциональные возможности спортсменов / В.С. Мищенко. – К.: Здоров'я, 1990. – 200 с.
17. Платонов В.Н. Адаптация в спорте / В.Н. Платонов. — Киев: Здоровье, 1988. — 216 с.
18. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в Олимпийском спорте / В.Н. Платонов. — Киев: Олимпийская литература, 1997. — 186 с.
19. Сейфулла Р.Д. Спортивная фармакология / Р.Д. Сейфулла. — К.: Физкультура и спорт, 1999. — 118 с.
20. Шкробгій Ю.М. Управління тренувальними і змагальними навантаженнями спортсменів високого класу. – К.: Олімпійська література, 2005. – 257с.
21. Энока Р.М. Основы кинезиологии / Р.М. Энока. – К.: Олімп. лит., 2000. – 400 с.

IV. ЗАСОБИ ДЛЯ ПРОВЕДЕННЯ ПОТОЧНОГО ТА ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ

Навчальним планом для підготовки слухачів заочної форми навчання зі спеціальності “Фізична культура і спорт” передбачений на 3 зборі – диференційований залік.

Контроль успішності та якості підготовки курсантів включає:

- поточний контроль;
- самоконтроль;
- підсумковий контроль.

Засоби поточного контролю.

Питання до теми № 1.

1. Історичні аспекти використання інноваційних технологій у фізичному вихованні та під час підготовки спортсменів
2. Вплив новітніх технологічних розробок на ефективність процесу фізичного виховання
3. Проблеми та перспективи використання інноваційних технологій у фізичному вихованні і спорті
4. Сучасні засоби та розвитку координаційних здібностей
5. Сучасні засоби та методи розвитку силових здібностей
6. Сучасні засоби розвитку гнучкості та швидкості
7. Сучасні засоби та методи розвитку різних видів витривалості
8. Науковий підхід під час організація занять фізичним вихованням і спортом
9. Сучасні наукові розробки підвищення ефективності процесу фізичного виховання і занять спортом
10. Сучасні засоби контролю змагальної діяльності в ігрових видах спорту
11. Сучасні засоби контролю змагальної діяльності в складно координаційних видах спорту
12. Сучасні засоби контролю змагальної діяльності циклічних видах спорту
13. Сучасні засоби контролю змагальної діяльності в єдиноборствах та багатоборствах
14. Пульсові режими виконання фізичних навантажень
15. Переважна спрямованість впливу фізичних навантажень в залежності від пульсового режиму їх виконання
16. Телеметричні засоби реєстрації пульсу
17. Вітчизняні тести для визначення рівня фізичної працездатності людини
18. Зарубіжний досвід використання тестів для визначення рівня фізичної працездатності
19. Сучасні кардіотренажери
20. Сучасні силові тренажери
21. Сучасні тренажери для розвитку та вдосконалення координаційних здібностей та гнучкості
22. Інноваційні технології програмування занять фізичним вихованням

23. Новітні підходи під час побудови тренувального процесу в спорті вищих досягнень
24. Сучасна апаратура для визначення кінематичних та динамічних характеристик рухів людини
25. Використання отриманих даних під час процесу навчання та вдосконалення рухових навичок
26. Інноваційні технології організації процесу фізичного виховання
27. Інноваційні технології організації процесу підготовки спортсменів

Питання до теми № 2.

1. Сучасні технології підготовки спортсменів
2. Позатренувальні та позазмагальні фактори в системі підготовки спортсменів
3. Централізовані програми підготовки спортсменів до міжнародних змагань в різних країнах світу
4. Класифікація гірського повітря
5. Механізми адаптація людського організму до гірських умов
6. Стадії адаптації організму людини до гірського повітря
7. Природні засоби гіпоксичного тренування
8. Штучні засоби гіпоксичного тренування
9. Види та значення барокамер під час гіпоксичної підготовки
10. Переваги та недоліки використання барокамер під час штучної гіпоксичної підготовки спортсменів
11. Сучасні засоби стимуляції працездатності і відновлення спортсменів
12. Системи відео спостереження та аналізу змагальної діяльності в різних видах спорту
13. Підготовка спортсменів в умовах високих температур
14. Підготовка спортсменів в умовах низьких температур
15. Профілактика гіпер та гіпотермічних травм у спортсменів
16. Вплив генетичних досліджень на процес підготовки спортсменів
17. Напрямки застосування результатів генетичних досліджень під час підготовки у спорті

Засоби підсумкового контролю.

Диференційований залік включає в себе три теоретичних питання:

- перше питання – питання до теми № 1;
друге питання – питання до теми № 2.

V. ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ ТА ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК З ІНШИМИ НАВЧАЛЬНИМИ ДИСЦИПЛІНАМИ

Предметом дисципліни “Інноваційні технології фізичного виховання і спорту” є вивчення теоретико-методичних закономірностей управління вдосконаленням фізичного розвитку людини та сучасних підходів і тенденцій у методиці спортивного тренування. “Інноваційні технології фізичного виховання і спорту” як навчальна і наукова дисципліна формує сучасні уявлення про основи використання сучасного діагностичного та апаратурного обладнання для визначення стану підготовленості спортсменів та отримання об’єктивної інформації щодо результатів їх змагальної діяльності. Науково-методичну основу навчальної дисципліни складають взаємозв’язок між інтегративною спортивною наукою, яка представляє собою своєрідний симбіоз різноманітні педагогічних наук об’єднаних навколо спортивної складової із результатами останніх кібернетичних розробок, впровадженням новітнього цифрового обладнання, використанням передових наукових даних у медицині, спортивній фізіології, тощо.

Міждисциплінарні зв’язки: вивчення дисципліни повинно відбуватись у тісній взаємодії з тематикою дисциплін: “Теорія і методика фізичного виховання”, “Теорія та організація фізичної підготовки військ”, “Підвищення спортивної майстерності”, “Професійно-прикладна фізична підготовка”, “Організація наукових досліджень у фізичному вихованні і спорті”, “Фізична реабілітація військовослужбовців”, “Теорія і методика організації спортивної діяльності”. Вивчення відповідних тем з цих дисциплін повинно забезпечити слухачів (курсантів) знаннями і навичками, необхідними у їх професійній діяльності для організації навчального та навчально-тренувального процесів у закладах військової освіти та військових частинах.

Механізм реалізації кінцевої мети, досягнення необхідного рівня знань та сформованості вмінь ґрунтується на використанні індивідуального підходу до навчання кожного окремого слухача (курсанта), мотивованого їх спонукання до необхідності самостійного розв’язання проблемних питань, які пропонуються викладачем.

Базисом інноваційних технологій фізичного виховання і спорту є закономірності, що вивчаються такими науками як педагогіка, психологія (загальна і військова), загальна теорія фізичного виховання, фізіологія, наука управління тощо. Тому, важливішою мовою успішного оволодіння дисципліною є вивчення міжпредметних зв’язків, пошук спільних напрямів виховання, навчання та фізичного розвитку людини.

Основними видами занять з навчальної дисципліни є лекції, групові, семінарські заняття, практичні заняття, самостійні заняття, диференційований залік.

На лекційних заняттях слухачі (курсанти) отримують фундаментальні знання з дисципліни.

Семінарські заняття проводяться для поглиблення теоретичних знань слухачів (курсантів) та містять значну частину матеріалу проблемного типу навчання. Основним завданням семінарських занять є поглиблення і закріплення знань, одержаних слухачами (курсантами) на лекціях і в процесі самостійної роботи над навчальною та науковою літературою щодо тематики дисципліни, формування вмінь з пошуку, узагальнення, критичного аналізу навчального матеріалу, формулювання і захисту своїх поглядів з питань, які розглядаються. Слухачі (курсанти) виконують завдання практичного, ситуаційного характеру.

Практичні заняття передбачають детальний розгляд слухачами (курсантами) окремих теоретичних положень навчальної дисципліни з викладачем і формування вмінь та навичок їх практичного застосування шляхом індивідуального виконання ними сформульованих завдань та вирішення ситуаційних задач.

Самостійні заняття передбачають виконання ними завдань, які сприяють відпрацюванню та засвоєнню навчального матеріалу, закріпленню та поглибленню отриманих знань та практичних умінь. Під час самостійних занять слухачі (курсанти), також, виконують індивідуальні завдання, які винесені за межі лекційного курсу та висвітлюються у доступній методичній літературі.

Контроль знань та вмінь є складовою частиною навчального процесу і органічно взаємопов'язаний з засвоєнням навчального матеріалу та формуванням професійної майстерності слухачів. Головна мета контролю полягає у забезпеченні належного рівня придбаних слухачами знань, міцності сформованих у них вмінь та навичок.

Кількість контрольних заходів, форми їх проведення, періодичність доводяться на початку вивчення дисципліни та навчального семестру.

Оцінка рівня підготовленості слухачів під час складання диференційованого заліку (екзамену) складається з оцінок, одержаних за відповідь на теоретичне питання і виконання практичного завдання, і оцінюються за результатами відповідей на кожне з питань відповідної теми за 100-бальною шкалою, національною шкалою та шкалою ЄКТС (табл. 1):

Таблиця 1

Шкала оцінювання

За 100-бальною шкалою	За шкалою ECTS	За національною шкалою	За 4-бальною шкалою
90-100	A	відмінно	відмінно
80-89	B	дуже добре	добре
65-79	C	добре	
55-64	D	задовільно	задовільно
50-54	E	достатньо задовільно	
35-49	FX	незадовільно	незадовільно
1-34	F	незадовільно	незадовільно

“96-100” – слухач має системні, глибокі знання, практичні уміння, виявляє неординарні творчі здібності, вміє формулювати і визначати шляхи розв'язування проблеми, виявляє власне ставлення до них;

“90-95” – слухач має глибокі знання, практичні уміння, здатний аргументовано і творчо використовувати їх у нестандартних ситуаціях, вміє формулювати і визначати шляхи розв'язування проблеми;

“80-89” – слухач володіє глибокими теоретичними знаннями та практичними уміннями з зазначених питань співбесіди, здатний аргументовано їх використовувати;

“75-79” – слухач вільно володіє матеріалом, застосовує знання та практичні уміння в дещо зміненій інтерпретації, використовує загальновідомі докази у власній аргументації;

“65-74” – знання та практичні уміння слухача є достатньо повними, слухач вміє правильно аналізувати теоретичний матеріал, робити висновки. Відповідь повна, логічна, обґрунтована, але з деякими неточностями;

“60-64” – слухач правильно, логічно відтворює матеріал, застосовує знання та практичні уміння у стандартних ситуаціях, розуміє основні теоретичні положення, вміє наводити окремі власні приклади на підтвердження певних думок;

“55-59” – слухач виявляє знання і розуміння основних положень теоретичного матеріалу, вміє застосовувати знання та практичні уміння при розв’язанні завдань за зразком. Відповідь його правильна, але недостатньо обґрунтована;

“50-54” – слухач розуміє основний теоретичний матеріал з зазначених питань співбесіди, здатний з помилками й неточностями дати відповідь на питання та виконати практичне завдання;

“40-49” – слухач знає близько половини теоретичного матеріалу, під час викладення матеріалу допускає суттєві неточності, для надання правильних відповідей йому потрібна допомога викладача, практичне завдання виконано невпевнено і з грубими помилками;

“35-39” – слухач відтворює менше половини матеріалу, дає відповіді з допомогою членів комісії, практичне завдання не виконано;

“15-34” – слухач фрагментарно відтворює незначну частину теоретичного матеріалу з зазначених питань співбесіди, виявляє невпевненість і неточність у відповідях на додаткові й навідні питання;

“0-14” – слухач не розрізняє об’єкта теоретичного матеріалу, не може дати відповідь на елементарні питання.

Слухачі, які не склали диференційований залік з поважних причин, ліквідують академічну заборгованість у термін, встановлений начальником університету. Повторне складання диференційованого заліку допускається не більше двох разів. Друге повторне його складання приймає комісія, яка створюється начальником кафедри.

Розглянуто і ухвалено на засіданні кафедри теорії, методики та організації фізичної підготовки і спорту
Протокол від “___” _____ 2019 року №___

Начальник кафедри теорії, методики та організації фізичної підготовки і спорту
підполковник Н.ВЕРБИН

“___” _____ 2019 року.

