



*Коростишівський педагогічний фаховий коледж
імені І.Я.Франка Житомирської обласної ради*

**Циклова комісія викладачів фізичної культури та
виховання з методикою навчання
СИЛАБУС**

Назва освітньої компоненти	Підвищення спортивної майстерності
Освітньо-професійна програма	Фізична культура
Освітньо-професійний ступінь	фаховий молодший бакалавр
Спеціальність	014.11 Середня освіта (Фізична культура)
Галузь знань	01 Освіта/Педагогіка
Формат освітньої компоненти	вибіркова освітня компонента
Форма навчання	денна
Рік навчання/семестр	III-IV (II-III) рік, V-VII (III-V) семестр
Обсяг	загальний обсяг – 210 год (кредитів ЄКТС – 7)
Контрольні заходи	диференційований залік
Викладачі	Войналович Олена Валеріївна, викладач вищої кваліфікаційної категорії, викладач-методист. Жигadlo Олег Миколайович, викладач вищої кваліфікаційної категорії.
E-mail	lenavojnalovich@gmail.com oleh14111985@gmail.com
Посилання на сайт	http://korpik.org.ua/
Консультації	згідно з графіком
Анотація вибіркової компоненти	Вибіркова компонента «Підвищення спортивної майстерності» передбачає поглиблену підготовку здобувачів освіти у сфері спортивного вдосконалення, спрямовану на підвищення рівня технічної, тактичної, фізичної та психологічної підготовленості у видах спорту баскетбол і волейбол. У процесі вивчення дисципліни здобувачі освіти опановують сучасні підходи до тренувального процесу, методику вдосконалення техніко-тактичних дій, розвиток спеціальних фізичних якостей та формування змагальної готовності. У ході навчання здобувачі освіти отримують знання про закономірності спортивного тренування, принципи побудови навчально-тренувального процесу, особливості підготовки спортсменів у командних ігрових видах спорту, засоби підвищення спортивної майстерності та способи контролю рівня підготовленості. Особлива увага приділяється удосконаленню техніки і тактики гри в баскетболі та волейболі, розвитку швидко-силових якостей, координаційних здібностей, витривалості, а також формуванню навичок командної взаємодії. Навчальна дисципліна ґрунтується на засвоєнні здобувачами освіти системи знань, умінь і навичок, пов'язаних із

	теоретичними, методичними та практичними основами спортивного тренування, оволодінням технікою і тактикою баскетболу і волейболу, розвитком фізичних якостей, підвищенням функціональних можливостей організму та формуванням готовності до участі у змагальній діяльності і професійної роботи у сфері фізичної культури.
Мета та цілі освітньої компоненти	Метою викладання вибіркової компоненти «Підвищення спортивної майстерності» є формування у здобувачів освіти професійних компетентностей, необхідних для підвищення рівня фізичної, технічної та тактичної підготовленості у спортивній діяльності засобами баскетболу і волейболу, удосконалення індивідуальної та командної майстерності, набуття практичного досвіду організації та проведення навчально-тренувальних занять, участі у змаганнях, а також формування здатності застосовувати сучасні методи спортивного тренування та впроваджувати здоровий і активний спосіб життя у професійній діяльності. Завданням викладання навчальної дисципліни «Підвищення спортивної майстерності» є забезпечення здобувачів освіти необхідною теоретичною та практичною підготовкою, що дає змогу цілеспрямовано вдосконалювати техніку і тактику гри у баскетбол та волейбол, розвивати спеціальні фізичні якості (швидкість, силу, витривалість, спритність, координацію), підвищувати функціональні можливості організму, оволодівати сучасними засобами і методами спортивного тренування у спортивних іграх, здійснювати контроль і самоконтроль рівня підготовленості, використовувати знання суміжних дисциплін, а також ефективно реалізовувати завдання фізичної підготовки і спортивного вдосконалення у навчально-тренувальному та змагальному процесі з баскетболу і волейболу.
Очікувані результати навчання	
Знати: - сутність і специфіку спортивних ігор баскетбол та волейбол, їх значення у системі фізичного виховання і спортивної підготовки; - теорію і методику навчання технічних і тактичних дій у баскетболі та волейболі; - систему спортивної підготовки, особливості побудови навчально-тренувального процесу та участі у змаганнях з баскетболу та волейболу; - методи розвитку спеціальних фізичних якостей, необхідних для спортивних ігор (швидкісно-силових, координаційних, витривалості, спритності); - види та форми комплексного контролю за навчально-тренувальним процесом у баскетболі та волейболі; - правила змагань з баскетболу та волейболу, основи суддівства та організації змагальної діяльності Уміти: - брати участь у змаганнях з баскетболу та волейболу (згідно з календарним планом) у складі збірної команди коледжу, команди відділення або навчальної групи; - виконувати нормативи та спортивні розряди (за наявності) з баскетболу та волейболу, брати участь у суддівстві змагань та оформляти необхідну звітну документацію; - застосовувати техніко-тактичні дії у баскетболі та волейболі під час навчально-тренувальних занять і змагань; - виконувати завдання навчальної практики, пов'язані з організацією та проведенням тренувальних занять зі спортивних ігор;	

- виконувати самостійні завдання, спрямовані на підвищення рівня фізичної та технічної підготовленості;
- виконувати індивідуальні навчально-дослідні завдання з питань спортивного тренування, техніки, тактики та методики підвищення спортивної майстерності у баскетболі та волейболі.

У процесі вивчення освітньої компоненти “Підвищення спортивної майстерності” у здобувачів освіти формуються такі компетентності:

ЗК3 Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово.

ЗК6 Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.

ЗК7 Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

СК1 Здатність урахувати в освітньому процесі вікові особливості учнів.

СК2 Здатність до використання предметних знань в освітньому процесі.

СК4 Здатність до добору й застосування доцільних форм, методів, технологій та засобів навчання.

СК6 Здатність до формування мотивації та організації пізнавальної діяльності учнів.

СК8 Здатність до забезпечення сприятливих умов в освітньому середовищі для кожного учня відповідно до його індивідуальних потреб, можливостей, здібностей та інтересів.

СК16 Здатність проводити практичні заняття з видів спорту в закладах загальної середньої освіти у відповідності до вимог навчальної програми з фізичної культури.

Результати навчання:

РН1 Здійснювати професійну діяльність державною мовою як усно, так і письмово.

РН5 Забезпечувати досягнення результатів навчання, визначених Державними стандартами освіти та типовими освітніми програмами.

РН6 Застосовувати міжпредметні зв'язки та інтеграцію змісту різних освітніх галузей в освітньому середовищі.

РН8 Сприяти формуванню мотивації учнів до навчання.

РН11 Застосовувати інновації у професійній діяльності.

РН12 Оцінювати власну педагогічну діяльність відповідно до визначених критеріїв.

РН13 Формувати в учнів здатність до конструктивної міжособистісної взаємодії.

РН16 Реалізовувати вміння проводити практичні заняття з видів спорту в закладах загальної середньої освіти відповідно до вимог навчальної програми з фізичної культури.

Тематика освітньої компоненти

Модуль 1. Волейбол

Змістовий модуль 1. Основи техніки гри у волейбол.

Змістовий модуль 2. Основи тактики гри у волейбол.

Змістовий модуль 3. Організація та проведення змагань із волейболу. Основи методики суддівства

Модуль 2. Баскетбол

Змістовий модуль 1. Основи техніки та тактики гри у баскетбол.

Змістовий модуль 2. Організація та проведення змагань із баскетболу. Основи методики суддівства.

Система оцінювання відповідно до [Положення про критерії оцінювання навчальних досягнень здобувачів освіти Коростишівського педагогічного фахового коледжу імені І.Я.Франка Житомирської обласної ради](#)

Рекомендована література та інформаційні ресурси

Основна

Додаткова

1. Колоскова Н. О. Баскетбол з методикою викладання : навч.-метод. матеріали. Київ : Київ. ун-т ім. Б. Грінченка, 2021. 2. Файдевич В. В. Баскетбол з методикою навчання : метод. вказівки. Луцьк : Луцький нац. техн. ун-т, 2023. 3. Дубина Н. Р., Войтенко О. А., Антонюк О. А. Спортивні ігри: баскетбол з методикою викладання : метод. вказівки. Київ : Київ. нац. ун-т буд-ва і архітектури, 2024. 4. Барсукова Т. О. Волейбол в системі фізичного виховання здобувачів вищої освіти : навч. посіб. / Т. О. Барсукова, Г. В. Кучеренко, Ж. І. Антіпова. Одеса : Юридична література, 2023. 100 с. 5. Головка А. М. Спортивні ігри: волейбол з методикою викладання : метод. вказівки для студентів спец. 017 «Фізична культура і спорт». Київ : КНУБА, 2023. 68 с. 6. Офіційні правила волейболу FIVB : [Електронний ресурс]. Режим доступу: https://www.fivb.com. 7. Прозар М. В., Авінов В. Л., Петров А. О., Стасюк В. А., Балан С. М. Теорія і методика спортивних ігор : навчальний посібник [для факульт. фіз. вих. і сп. вищих навч. закладів III-IV рівнів акредитації]. Кам'янець-Подільський: ТОВ «Друкарня Рута», 2020. 320 с.	1. Цюпак Ю. Ю., Швай О. Д. Іваніцький Р. Б. Методика навчання основних технічних прийомів ігри в баскетбол: Методичні рекомендації. Луцьк : Волинський національний університет імені Лесі Українки 2021. – 65 с. 2. Жула В.П. Волейбол. Методика навчання: навч.-метод. посіб. для студ. ЗВО спеціальностей 017 «Фізична культура і спорт» та 014 «Середня освіта, фізична культура» / В. П. Жула. - Чернігів: НУЧК імені Т. Г. Шевченка, 2021. - 58 с. 3. Навчальний посібник Ігрові види спорту. Волейбол: Ігрові види спорту: навчальний посібник для студентів КПП ім. Ігоря Сікорського; уклад.: Міщук Д.М., Сироватко З.В, Абрамов С.А., – Електронні текстові данні (1 файл: 10,3 МБ). – Київ: КПП ім. Ігоря Сікорського, 2023. – 143 с. 4. Радченко О. В. Методика навчання основ техніки з волейболу : метод. рекомендації / О. В. Радченко, В. І. Смолюк, О. Д. Швай, Ю. Ю. Цюпак. Луцьк : Волинськ. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2022. 56 с.
---	--

Інформаційні ресурси

1. Федерація баскетболу України https://fbu.ua/ 2. Новини баскетболу офіційний сайт http://ukrbasket.net/news 3. Федерація волейболу України. URL: https://www.fvu.in.ua/ 4. Волейбол в Україні. URL: https://www.volleyball.ua/ 5. Волейбол. Суперліга України. URL: https://pvl.org.uk 6. Українська конфедерація волейболу. URL: https://ukv.org.ua/ 7. Школа	«Прометей» https://www.youtube.com/playlist?list=PLzhNaeDdbiFcCg1AC51S8mBaIy3Lnhmtg
--	--

Політика освітньої компоненти

Здобувач освіти повинен - добросовісно готуватися до усіх видів контролю; - активно працювати на практичних заняттях; - бути толерантним у спілкуванні з викладачем та іншими здобувачами освіти, зокрема під час обговорення дискусійних питань на заняттях; - відпрацювати будь-яке пропущене заняття чи вид контролю; - дотримуватися норм академічної доброчесності; - дотримуватися правил внутрішнього розпорядку закладу освіти, інших видів політики, передбаченої нормативними документами, що регулюють освітній процес. Діяльність здобувачів освіти здійснюється відповідно до Положення про академічну
--

доброчесність у Коростишівському педагогічному фаховому коледжі імені І.Я.Франка
Житомирської обласної ради

Розглянуто та затверджено на засіданні циклової комісії викладачів фізичної культури та виховання з методикою навчання

Протокол № 1 від 29.08.2024

Голова циклової комісії

Наталія ТУНІК