

КЛАСИЧНИЙ ПРИВАТНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Кафедра теоретичних основ фізичного та адаптивного виховання

СИЛАБУС

навчальної дисципліни

ПП 3. Теорія та методика спорту вищих досягнень

2026 - 2027 навчальний рік

Викладач	Зубов Вадим Олексійович, доктор філософських наук, професор
Контактний телефон	+380506882335
Ідентифікатор та код доступу (Zoom / Google Meet)	772-306-9146, код доступу 6KV5T5
E-mail:	zubov15021967@gmail.com
Сторінка курсу на сайті підтримки навчальних програм КПУ	http://www.zhu.edu.ua/cpu_edu/course/view.php?id=5351
Консультації	Консультації проводяться в дистанційному режимі за попереднім погодженням із викладачем через месенджери або електронну пошту

ІНФОРМАЦІЯ ПРО НАВЧАЛЬНУ ДИСЦИПЛІНУ

Рівень вищої освіти	Другий (магістерський)	
Галузь знань	А Освіта	
Спеціальність	А7 Фізична культура і спорт	
Освітня програма	Фізична культура і спорт	
Форма навчання	Очна (денна), заочна	
Мова викладання	Українська	
Курс (рік навчання), семестр	Курс 1, семестр 1	
Цикл підготовки	Професійної підготовки	
Статус дисципліни	Обов'язкова	
Обсяг дисципліни	Кількість кредитів ECTS	5
	Загальна кількість годин	150
	Аудиторних годин	60
	Лекції	24
	Практичні	36
	Самостійна робота	90
Форма контролю	Екзамен	
Попередні компоненти (Пререквізити)	Базові знання з теорії і методики спортивного тренування, фізіології рухової діяльності та основ спортивної підготовки, набуті на попередньому рівні вищої освіти.	
Паралельні та подальші компоненти (Постреквізити)	Паралельні: ПП 6 Психологічний супровід спортивної діяльності; ПП 7 Сучасний професійний спорт;	

	ПП 8 Інноваційна діяльність у фізичній культурі і спорті. Подальші: П 2 Переддипломна практика; А 1 Атестаційний екзамен; А 2 Підготовка та захист кваліфікаційної роботи.
--	---

МЕТА, ЗАВДАННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Мета навчальної дисципліни

Сформувати у здобувачів другого (магістерського) рівня здатність науково обґрунтовано планувати, організовувати, контролювати та коригувати багаторічну підготовку спортсменів високої кваліфікації з урахуванням закономірностей адаптації, індивідуальних особливостей, календаря змагань, відновлення, цифрового моніторингу та вимог безпеки

Завдання навчальної дисципліни:

- сформувати системне розуміння сучасних тенденцій спорту вищих досягнень і закономірностей багаторічної підготовки;
- навчити проєктувати макро-, мезо- та мікроцикли відповідно до змагальної мети й стану спортсмена;
- поглибити вміння добирати засоби фізичної, технічної, тактичної та психологічної підготовки;
- сформувати здатність використовувати цифрові технології та дані моніторингу для оцінювання навантаження, готовності й результативності;
- навчити коригувати підготовку, організовувати відновлення та профілактику травматизму з урахуванням ризиків і безпеки.

У результаті вивчення дисципліни студенти повинні знати:

- закономірності багаторічної підготовки та спортивного відбору;
- принципи адаптації, періодизації та управління тренувальним навантаженням;
- сучасні підходи до розвитку компонентів спортивної майстерності;
- методи комплексного контролю, аналізу змагальної діяльності та цифрового моніторингу;
- принципи відновлення, профілактики травм, безпеки й етичної взаємодії фахівців команди.

Після вивчення дисципліни студенти повинні вміти:

- аналізувати наукові дані й тенденції спорту вищих досягнень;
- розробляти й обґрунтовувати структуру підготовки спортсмена на різних етапах сезону;
- інтерпретувати дані контролю навантаження, готовності, відновлення та змагальної діяльності;
- використовувати цифрові інструменти для підтримки професійних рішень;
- коригувати тренувальний план і пропонувати заходи профілактики ризиків та відновлення.

КОМПЕТЕНТНОСТІ ТА ПРОГРАМНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ

Інтегральна компетентність:

Здатність розв'язувати задачі дослідницького та/або інноваційного характеру у сфері фізичної культури і спорту.

Загальні компетентності:

ЗК 4. Здатність ідентифікувати, формулювати та розв'язувати складні професійні проблеми.

Спеціальні (фахові) компетентності:

СК 5. Здатність розв'язувати проблеми у сфері фізичної культури та спорту у нових або незнайомих середовищах за наявності неповної або обмеженої інформації з урахуванням аспектів соціальної та етичної відповідальності.

СК 8. Здатність впроваджувати у практичну діяльність результати наукових досліджень, спрямованих на вирішення прикладних завдань у сфері фізичної культури і спорту.

СК 11*. Здатність аналізувати та оцінювати ефективність тренувального процесу на основі об'єктивних показників фізичного стану та результатів діяльності спортсменів, здійснювати його корекцію відповідно до поставлених цілей.

СК12*. Здатність забезпечувати безпечні умови проведення занять і змагань, здійснювати профілактику травматизму та організовувати відновлювальні заходи у сфері фізичної культури і спорту.

Програмні результати навчання:

РН 1. Аналізувати особливості, протиріччя та перспективи розвитку сучасної сфери фізичної культури і спорту, критично осмислювати проблеми у галузі та на межі галузей знань.

РН 2. Приймати ефективні управлінські та професійні рішення щодо розв'язання складних задач у сфері фізичної культури, спорту та адаптивного виховання, генерувати альтернативи, оцінювати ризики, прогнозувати результати та раціонально використовувати ресурси.

РН 10*. Планувати, організовувати, реалізовувати та коригувати тренувальний, фізкультурно-оздоровчий і адаптивний процес із урахуванням індивідуальних особливостей, функціонального стану, рівня підготовленості та потреб осіб різних вікових груп, у тому числі осіб з особливими освітніми потребами.

РН 11*. Здійснювати комплексний контроль, аналіз та оцінювання ефективності тренувальної, фізкультурно-оздоровчої й адаптивної діяльності, інтерпретувати результати моніторингу та приймати рішення щодо їх оптимізації.

ЗМІСТ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Розділ 1. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів вищої кваліфікації

Тема 1. Лекція 1. Сучасний спорт вищих досягнень: тенденції розвитку та модель спортивної результативності.

Тема 2. Практичне заняття 1. Аналіз сучасних тенденцій розвитку спорту вищих досягнень і визначення чинників спортивної результативності в обраному виді спорту. (До лекції 1.)

Тема 3. Лекція 2. Багаторічна підготовка спортсменів, спортивний відбір, орієнтація та спеціалізація.

Тема 4. Практичне заняття 2. Розроблення моделі багаторічної підготовки спортсмена з визначенням завдань і змісту її основних етапів. (До лекції 2.)

Тема 5. Практичне заняття 3. Добір критеріїв спортивного відбору, орієнтації та спеціалізації в обраному виді спорту. (До лекції 2.)

Тема 6. Лекція 3. Теорія адаптації та формування тренуваності. Обсяг, інтенсивність, спрямованість і регулювання тренувального навантаження.

Тема 7. Практичне заняття 4. Аналіз адаптаційних реакцій спортсмена та визначення обсягу, інтенсивності й спрямованості тренувального навантаження. (До лекції 3.)

Тема 8. Лекція 4. Періодизація спортивної підготовки та побудова макро-, мезо- і мікроциклів.

Тема 9. Практичне заняття 5. Розроблення структури макроциклу підготовки з урахуванням календаря змагань. (До лекції 4.)

Тема 10. Практичне заняття 6. Планування мезоциклу та мікроциклу підготовки спортсмена високої кваліфікації. (До лекції 4.)

Тема 11. Лекція 5. Фізична підготовка спортсменів високої кваліфікації: розвиток і контроль рухових якостей.

Тема 12. Практичне заняття 7. Добір засобів і методів розвитку рухових якостей та контрольних вправ для оцінювання фізичної підготовленості. (До лекції 5.)

Тема 13. Лекція 6. Технічна, тактична та психологічна підготовка у спорті вищих досягнень.

Тема 14. Практичне заняття 8. Аналіз спортивної техніки та розроблення завдань для вдосконалення технічної й тактичної підготовленості спортсмена. (До лекції 6.)

Тема 15. Практичне заняття 9. Розроблення комплексу психологічної підготовки спортсмена до відповідальних змагань. (До лекції 6.)

Розділ 2. Управління, контроль, цифровізація та безпека підготовки

Тема 16. Лекція 7. Індивідуалізація підготовки, прийняття професійних рішень і коригування тренувальної програми за результатами комплексного моніторингу.

Тема 17. Практичне заняття 10. Аналіз індивідуальних даних про стан спортсмена та обґрунтування рішень щодо змісту його підготовки. (До лекції 7.)

Тема 18. Практичне заняття 11. Коригування тренувальної програми за результатами комплексного моніторингу стану й підготовленості спортсмена. (До лекції 7.)

Тема 19. Лекція 8. Комплексний контроль тренувального процесу, спортивної форми та готовності до змагань.

Тема 20. Практичне заняття 12. Розроблення програми комплексного контролю тренувального процесу, спортивної форми та готовності до змагань. (До лекції 8.)

Тема 21. Лекція 9. Аналіз змагальної діяльності та моделювання змагальної результативності.

Тема 22. Практичне заняття 13. Аналіз показників змагальної діяльності та побудова моделі змагальної результативності в обраному виді спорту. (До лекції 9.)

Тема 23. Лекція 10. Цифрові технології, спортивна аналітика та інформаційні системи у спорті вищих досягнень.

Тема 24. Практичне заняття 14. Використання цифрових засобів для збирання, опрацювання та візуалізації даних про тренувальну і змагальну діяльність спортсмена. (До лекції 10.)

Тема 25. Лекція 11. Управління відновленням і працездатністю. Профілактика перевантаження, перетренованості та спортивного травматизму.

Тема 26. Практичне заняття 15. Складання плану відновлення спортсмена з урахуванням навантаження, показників працездатності та індивідуальних особливостей. (До лекції 11.)

Тема 27. Практичне заняття 16. Аналіз ознак перевантаження та ризиків перетренованості й травматизму. Розроблення профілактичних заходів. (До лекції 11.)

Тема 28. Лекція 12. Безпека, антидопінгове забезпечення та міждисциплінарна взаємодія фахівців команди в умовах змагальної та кризової діяльності.

Тема 29. Практичне заняття 17. Розбір ситуацій щодо антидопінгового забезпечення та розроблення плану інформаційної підтримки спортсмена. (До лекції 12.)

Тема 30. Практичне заняття 18. Моделювання взаємодії фахівців команди та розроблення алгоритмів забезпечення безпеки під час змагань і в кризових умовах. (До лекції 12.)

ФОРМИ КОНТРОЛЮ ТА ОЦІНЮВАННЯ

Контроль результатів навчання та рівня сформованості компетентностей здобувачів здійснюється на засадах прозорості та академічної доброчесності відповідно до Положення про критерії оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти у Класичному приватному університеті. http://virtuni.education.zp.ua/info_cpu/node/5351

У процесі вивчення навчальної дисципліни використовуються такі види контролю:

1. Поточний контроль: здійснюється протягом семестру під час лекційних і практичних занять та перевірки завдань самостійної роботи, зокрема поданих через Віртуальну аудиторію КПУ. Передбачає оцінювання теоретичної підготовки через усні відповіді, участь в обговореннях, аналіз наукових даних та обґрунтування професійних рішень. Практичні вміння оцінюються за результатами розроблення моделі багаторічної підготовки спортсмена, добору критеріїв спортивного відбору, планування макро-, мезо- та мікроциклів, визначення тренувального навантаження й засобів фізичної, технічної, тактичної та психологічної підготовки. Перевіряються вміння аналізувати показники стану, підготовленості й змагальної діяльності спортсмена, застосовувати цифрові інструменти для опрацювання та візуалізації даних, розробляти програму комплексного контролю й коригувати тренувальний план. Оцінюються також плани відновлення, профілактичні заходи щодо перевантаження і травматизму, розв'язання ситуацій з антидопінгового забезпечення, командної взаємодії та безпеки підготовки і змагань.

2. Семестровий (підсумковий) контроль:

проводиться у формі екзамену та передбачає відповідь на теоретичне питання і розв'язання комплексної ситуаційно-практичної задачі за матеріалом дисципліни. Теоретична частина спрямована на перевірку системності знань закономірностей спортивної підготовки, адаптації, періодизації та управління тренувальним процесом. Практична частина передбачає аналіз запропонованих даних про стан, підготовленість або змагальну діяльність спортсмена та обґрунтування рішень щодо планування чи коригування підготовки з урахуванням навантаження, відновлення, індивідуальних особливостей і безпеки. Оцінюються правильність і повнота відповіді, коректність аналізу даних, обґрунтованість рішень та висновків. Екзамен оцінюється за 100-бальною шкалою; його питома вага в підсумковій оцінці становить 20 %.

Особливість оцінювання: всі види вхідного, поточного і семестрового контролю оцінюються викладачем за **100-бальною шкалою**.

Для оцінювання студентів використовується система накопичування балів. Згідно з «Положенням про організацію освітнього процесу в КПУ» підсумкова оцінка з дисципліни виставляється за 100-бальною шкалою з наступним переведенням у національну шкалу та шкалу ECTS.

Загальний підсумковий бал за дисципліну (за 100-бальною шкалою) формується як середньозважена величина на основі всіх поточних і підсумкових оцінок здобувача, отриманих протягом семестру, з урахуванням питомої ваги кожного виду діяльності.

Підсумковий бал = $(B_{\text{вхід}} \times k_{\text{вхід}}) + (B_1 \times k_1) + (B_2 \times k_2) + \dots + (B_n \times k_n) + (B_{\text{екз.}} \times k_{\text{екз.}})$
де:

$B_{\text{вхід}}$ – бал за виконання завдань вхідного контролю, виставлений за 100-бальною шкалою (за наявністю); $k_{\text{вхід}}$ – ваговий коефіцієнт вхідного контролю (як правило $k_{\text{вхід}}=0$). Оцінка вхідного контролю не впливає на загальну оцінку з дисципліни і є інформацією для викладача щодо рівня індивідуальної готовності студентів вивчати дану дисципліну);

$B_1, B_2, B_3, \dots, B_n$ – бали за виконання завдань поточного контролю на практичних (семінарських) заняттях, самостійної та індивідуальної роботи, виставлений за 100-бальною шкалою; $k_1, k_2, k_3, \dots, k_n$ – вагові коефіцієнти відповідного виду контролю;

$B_{\text{екз.}}$ – бал за підсумковий семестровий контроль (екзамен), виставлений за 100-бальною шкалою (за наявністю); $k_{\text{екз.}}$ – ваговий коефіцієнт підсумкового семестрового контролю (екзамену).

Сума вагових коефіцієнтів поточного та підсумкового контролю дорівнює 1

$$k_1 + k_2 + k_3 + \dots + k_n + k_{\text{екз.}} = 1$$

Структура компонентів оцінювання та їх питома вага

Види навчальної діяльності здобувача	Шкала оцінювання завдання	Ваговий коеф.	Питома вага у загальній оцінці
Розділ 1. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів вищої кваліфікації	100	0,40	40
Практичне заняття 1. Аналіз тенденцій розвитку спорту та чинників спортивної результативності	100	0,04	4
Практичне заняття 2. Розроблення моделі багаторічної підготовки спортсмена	100	0,05	5
Практичне заняття 3. Добір критеріїв спортивного відбору, орієнтації та спеціалізації	100	0,04	4
Практичне заняття 4. Аналіз адаптаційних реакцій і визначення тренувального навантаження	100	0,05	5
Практичне заняття 5. Розроблення структури макроциклу	100	0,05	5
Практичне заняття 6. Планування мезоциклу та мікроциклу	100	0,05	5
Практичне заняття 7. Добір засобів розвитку рухових якостей і контрольних вправ	100	0,04	4
Практичне заняття 8. Аналіз техніки та завдання техніко-тактичної підготовки	100	0,04	4
Практичне заняття 9. Розроблення комплексу психологічної підготовки	100	0,04	4
Розділ 2. Управління, контроль, цифровізація та безпека підготовки	100	0,40	40
Практичне заняття 10. Аналіз індивідуальних даних і обґрунтування рішень щодо підготовки	100	0,05	5
Практичне заняття 11. Коригування тренувальної програми за результатами комплексного моніторингу стану й підготовленості спортсмена та з урахуванням даних наукових досліджень.	100	0,05	5
Практичне заняття 12. Розроблення програми комплексного контролю	100	0,05	5
Практичне заняття 13. Аналіз змагальної діяльності й моделювання результативності	100	0,04	4
Практичне заняття 14. Збирання, опрацювання та візуалізація даних цифровими засобами	100	0,05	5
Практичне заняття 15. Складання плану відновлення спортсмена	100	0,04	4
Практичне заняття 16. Аналіз ризиків перевантаження і травматизму, профілактичні заходи	100	0,04	4
Практичне заняття 17. Ситуації з антидопінгового забезпечення та інформаційна підтримка	100	0,04	4
Практичне заняття 18. Командна взаємодія й алгоритми забезпечення безпеки	100	0,04	4
Екзамен:	100	0,20	20
Додаткові досягнення з навчальної дисципліни (за наявністю) Результати науково-дослідної діяльності здобувача, зокрема за такі активності: – участь у предметних олімпіадах, конкурсах студентських наукових робіт з навчальної дисципліни; – участь у засіданнях наукових гуртків, зокрема в обговореннях у форматі круглих столів, присвячених актуальним темам з навчальної дисципліни; – публікації результатів досліджень у вигляді наукових статей, тез доповідей, а також виступи на наукових конференціях.	До 10 балів		

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

100-бальна система	шкала ЄКТС	Національна шкала	Характеристика вимог та критеріїв оцінювання
90–100	A	Відмінно	Здобувач демонструє глибокі системні знання закономірностей підготовки спортсменів високої кваліфікації, критично аналізує наукові дані та пропонує обґрунтовані рішення в нестандартних ситуаціях. Самостійно й творчо планує багаторічну підготовку та тренувальні цикли, узгоджує навантаження з індивідуальними особливостями й календарем змагань. Правильно інтерпретує результати моніторингу, обґрунтовує коригування підготовки, відновлювальні та профілактичні заходи. Демонструє автономність, самоорганізацію, дотримання професійної етики й академічної доброчесності.
82–89	B	Добре	Здобувач вільно володіє програмним матеріалом і професійною термінологією. Самостійно розробляє тренувальні плани, добирає засоби підготовки й контролю, правильно аналізує показники стану та результативності спортсмена. Аргументує рішення щодо навантаження, відновлення і коригування підготовки, враховує ризики та вимоги безпеки. Допускає лише незначні неточності, які не впливають на суть результату.
75–81	C	Добре	Здобувач демонструє достатні знання для розв'язання типових і складних спеціалізованих завдань спортивної підготовки. Розробляє тренувальні цикли та програми контролю за зразком, загалом правильно аналізує дані, але недостатньо глибоко обґрунтовує індивідуалізацію навантаження або прогнозовані результати. Потребує окремих уточнень під час розв'язання міждисциплінарних ситуацій; самостійно виправляє помилки після мінімальної підказки викладача.
67–74	D	Задовільно	Здобувач розуміє базові поняття спортивної підготовки та відтворює матеріал переважно на репродуктивному рівні. Виконує завдання з планування й контролю за зразком, але допускає помилки в узгодженні мети, навантаження та відновлення. Аналіз показників і аргументація висновків неповні. Потребує допомоги викладача для коригування тренувальної програми та визначення заходів профілактики ризиків.
60–66	E	Задовільно	Здобувач володіє мінімально необхідними знаннями принципів підготовки, періодизації, контролю та відновлення спортсменів. Відповіді поверхові, знання фрагментарні. За постійної допомоги викладача складає найпростіший тренувальний план, пояснює основні показники навантаження та визначає базові заходи безпеки. Допускає значну кількість методичних помилок, але розуміє загальну логіку підготовки й досягає мінімально необхідних результатів навчання.

100-бальна система	шкала ЄКТС	Національна шкала	Характеристика вимог та критеріїв оцінювання
35–59	FX	Незадовільно	Здобувач володіє лише частиною базових знань, яких недостатньо для досягнення мінімально необхідних результатів навчання. Допускає суттєві помилки в термінології, плануванні навантаження та інтерпретації показників стану спортсмена. Не може самостійно розробити тренувальний план або обґрунтувати його коригування, відновлювальні та профілактичні заходи. Надається можливість повторного складання контрольного заходу.
0–34	F	Незадовільно	Здобувач не демонструє базових знань і практичних умінь із теорії та методики спорту вищих досягнень. Оцінювані завдання відсутні або засвідчують нерозуміння основ планування, контролю й коригування спортивної підготовки. Не може пояснити принципи дозування навантаження, відновлення та безпеки навіть за допомоги викладача. Потребує повторного вивчення навчальної дисципліни.

ШКАЛА ОЦІНЮВАННЯ: 100-БАЛЬНА, НАЦІОНАЛЬНА ТА ЄКТС

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка за шкалою ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проєкту (роботи), практики	для заліку
90-100	A	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	
75-81	C		
67-74	D	задовільно	
60-66	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

ПОЛІТИКА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

<p>Політика щодо термінів виконання завдань та перескладання</p>	<p>З огляду на безпекову ситуацію, повітряні тривоги та перебої з електропостачанням, освітній процес базується на принципах гнучкості та академічної підтримки. Усі завдання виконуються здобувачами в асинхронному режимі без застосування штрафних санкцій чи зниження балів за порушення первинних термінів, якщо затримка зумовлена об'єктивними обставинами непереборної сили. Здавання та перескладання пропущених завдань чи тем здійснюється у зручному для студента темпі протягом семестру за погодженням із викладачем без будь-яких обмежень.</p>
<p>Політика академічної доброчесності</p>	<p>Здобувачі освіти зобов'язані неухильно дотримуватись принципів академічної доброчесності під час виконання усіх видів навчальної, наукової та творчої діяльності. Порушеннями академічної доброчесності вважаються: академічний плагіат, самоплагіат, фабрикація, фальсифікація, списування, обман, хабарництво, необ'єктивне оцінювання та академічне шахрайство. Здобувачам освіти забороняється вдаватися до будь-яких форм академічного шахрайства, зокрема: використовувати під час контрольних заходів заборонені матеріали або технічні засоби; посилаючись на джерела, які не використовувались у роботі; здавати роботи з однаковим змістом, підготовлені різними особами.</p> <p>У разі встановлення порушення академічної доброчесності до здобувача освіти можуть бути застосовані такі заходи академічної відповідальності, як повторне проходження оцінювання (контрольна робота, екзамен, залік тощо), повторне вивчення відповідного освітнього компонента або відрахування з університету.</p>
<p>Політика щодо відвідування занять в умовах воєнного стану</p>	<p>Відвідування навчальних занять здобувачами вищої освіти є обов'язковим відповідно до затвердженого розкладу.</p> <p><i>Організація освітнього процесу в умовах загрози та повітряних тривог</i> У разі включення сигналу «Повітряна тривога» під час проведення занять у режимі реального часу (Zoom / Google Meet) або перебування в приміщеннях Університету, проведення синхронного заняття негайно припиняється, а всі учасники освітнього процесу зобов'язані перейти до укриттів.</p> <p>Навчальне заняття, перерване через сигнал «Повітряна тривога» або яке не відбулося через її тривалість, автоматично переводиться в асинхронний режим.</p> <p>Відсутність здобувача освіти на синхронній конференції під час повітряної тривоги, відсутності електроенергії або зв'язку не є підставою для виставлення заборгованості чи зниження підсумкової оцінки, за умови опрацювання навчального матеріалу та виконання завдань в асинхронному режимі.</p> <p><i>Застосування дистанційних технологій та форс-мажорних обставин</i> У разі переходу університету або його окремих структурних підрозділів на навчання із використанням дистанційних технологій через безпекову ситуацію чи інші форс-мажорні обставини, освітній процес регулюється «Положенням про організацію освітнього процесу здобувачів вищої освіти з використанням дистанційних технологій при обмеженні або відсутності фізичного відвідування закладів освіти здобувачами з причин непереборної сили (природні катаклізми, заходи карантинного порядку та інші форс-мажорні обставини) в «Класичному приватному університеті».</p> <p>Формат участі у дистанційних заняттях адаптується до поточних технічних можливостей та умов безпеки здобувачів і викладачів.</p>

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Платонов В. М. Сучасна система спортивного тренування : підручник. Київ : Перша друкарня, 2021. 672 с.
2. Костюкевич В. М. Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту) : навчальний посібник. Вінниця : Планер, 2014. 616 с.
3. Шинкарук О. А. Теорія і методика підготовки спортсменів: управління, контроль, відбір, моделювання та прогнозування в олімпійському спорті : навчальний посібник. Київ : НВП Поліграфсервіс, 2013. 136 с.
4. Диференціація фізичної підготовки спортсменів : монографія / М. М. Линець, О. А. Чичкан, Х. Р. Хіменес та ін. ; за заг. ред. М. М. Линця. Львів : ЛДУФК, 2017. 304 с.
5. Задорожна О. Р., Бріскін Ю. А., Пітин М. П. Тактика у сучасних олімпійських спортивних єдиноборствах : монографія. Львів : ЛДУФК імені Івана Боберського, 2023. 416 с.
6. Пітин М. П. Теоретична підготовка в спорті : монографія. Львів : ЛДУФК, 2015. 372 с.
7. Воронова В. І. Психологія спорту : навчальний посібник. Вид. 2-ге, без змін. Київ : Національний університет фізичного виховання і спорту України : Олімпійська література, 2019. 271 с.
8. Проблеми відновлення функціональних резервів кваліфікованих спортсменів різних вікових груп у ММА після змагальної діяльності / І. Штефюк та ін. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. 2024. № 3 (67). С. 75–82. DOI: <https://doi.org/10.29038/2220-7481-2024-03-75-82>.
9. Батечко Д. П. Цифрові технології в баскетболі: аналітика та відеоаналіз для вдосконалення тренувального процесу. Фізичне виховання та спорт. 2025. № 3. С. 74–79. DOI: <https://doi.org/10.26661/2663-5925-2025-3-09>.
10. Сергатий М. О., Сергата Н. С., Кий О. Г. Методи боротьби з допінгом у професійному спорті. Фізичне виховання та спорт. 2023. № 4. С. 140–146. DOI: <https://doi.org/10.26661/2663-5925-2023-4-17>.

ІНФОРМАЦІЙНІ РЕСУРСИ В ІНТЕРНЕТІ

PubMed – наукові публікації з теорії тренування та спортивної медицини.

Olympic World Library – наукові та методичні ресурси Міжнародного олімпійського комітету.

World Anti-Doping Agency (WADA) – нормативні та освітні матеріали з антидопінгу.

Національний олімпійський комітет України – інформаційні матеріали з олімпійського спорту.

Більш детальну інформацію щодо, розподіл часу навчальної дисципліни за темами, методів навчання, самостійної роботи наведено у Робочій програмі навчальної дисципліни.