

**ВІННИЦЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ МИХАЙЛА КОЦЮБІНСЬКОГО**

**СХВАЛЕНО**

вченою радою Вінницького державного  
педагогічного університету  
імені Михайла Коцюбинського  
Протокол № 13 від 19.05.2021

**ЗАТВЕРДЖЕНО**

Наказ Вінницького державного  
педагогічного університету  
імені Михайла Коцюбинського  
від 24.05.2021 № 86од



Н. Лазаренко

**ОСВІТНЯ ПРОГРАМА  
ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ ТРЕНЕРІВ І ТА ІІ КАТЕГОРІЙ ДИТЯЧО-ЮНАЦЬКИХ СПОРТИВНИХ ШКІЛ  
(ДЮСШ), СПЕЦІАЛІЗОВАНИХ ДИТЯЧО-ЮНАЦЬКИХ СПОРТИВНИХ ШКІЛ ОЛІМПІЙСЬКОГО РЕЗЕРВУ  
(СДЮШОР), ШКІЛ ВИЩОЇ СПОРТИВНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ (ШВСМ), СПОРТИВНИХ КЛУБІВ  
РІЗНОЇ ФОРМИ ВЛАСНОСТІ «СПОРТИВНІ ТРЕНЕРИ»**

**ВІННИЦЯ 2021**

<b>Укладач програми</b>	<b>КОСТЮКЕВИЧ ВІКТОР МИТРОФАНОВИЧ, професор кафедри теорії і методики спорту, доктор наук з фізичного виховання і спорту</b>			
<b>Найменування програми</b>	Освітня програма підвищення кваліфікації тренерів I та II категорії дитячо-юнацьких спортивних шкіл (ДЮСШ), спеціалізованих дитячо-юнацьких спортивних шкіл олімпійського резерву (СДЮСШОР), шкіл вищої спортивної майстерності (ШВСМ), спортивних клубів різної форми власності «СПОРТИВНІ ТРЕНЕРИ»			
<b>Мета</b>	оновлення та вдосконалення знань та умінь, необхідних для ефективного здійснення професійної діяльності тренерів у відповідності з Положенням про підвищення кваліфікації			
<b>Напрямок підвищення кваліфікації</b>	Розвиток професійної компетентності тренерів дитячо-юнацьких спортивних шкіл, шкіл вищої спортивної майстерності, спортивних клубів різної форми власності			
№	Зміст програми		Кількість годин та види навчальних занять	
	Модулі / теми		Лекція	Практичне заняття
<b>I.</b>	<b>Закономірності та особливості багаторічного тренування</b>			
1.	Особливості періодизації річної підготовки на різних етапах багаторічного вдосконалення		<b>2</b>	<b>1</b>
2.	Олімпійські (чотирьохрічні) цикли підготовки		<b>1</b>	<b>1</b>
3.	Місце змагань у системі багаторічної підготовки		<b>1</b>	<b>1</b>
<b>II</b>	<b>Основи періодизації річної підготовки</b>			
1.	Одно-, двох- та трьохциклові моделі періодизації		<b>1</b>	<b>1</b>
2.	Структура та зміст окремих структурних утворень тренувального процесу у річному макроциклі		<b>1</b>	<b>1</b>
3.	Етап безпосередньої підготовки до змагань		<b>1</b>	<b>1</b>
4.	Змагання в системі періодизації річної підготовки		<b>1</b>	<b>1</b>

<b>III</b>	<b>Програмування та моделювання в системі підготовки спортсменів</b>		
1.	Розробка програм структурних утворень тренувального процесу	<b>1</b>	<b>1</b>
2.	Побудова моделей підготовленості та змагальної діяльності в обраному виді спорту	<b>1</b>	<b>1</b>
<b>IV</b>	<b>Медико-біологічні основи розвитку та вдосконалення фізичних якостей спортсменів</b>		
1.	Система забезпечення м'язової діяльності	<b>2</b>	
2.	Характеристика компонентів внутрішнього навантаження в процесі розвитку та вдосконалення фізичних якостей спортсменів		<b>1</b>
<b>V</b>	<b>Засоби відновлення спортивної працездатності</b>		
1.	Проблема відновлення спортивної працездатності	<b>2</b>	
2.	Педагогічні, медико-біологічні та психологічні засоби відновлення спортивної працездатності		<b>1</b>
<b>VI</b>	<b>Управління тренувальною та змагальною діяльністю спортсменів</b>		
1.	Особливості тренерської діяльності в спорті	<b>2</b>	<b>1</b>
2.	Сучасна система знань, як чинник успішної тренерської діяльності	<b>2</b>	
3.	Стилі керівництва спортивним колективом	<b>1</b>	<b>1</b>
4.	Контроль в процесі підготовки спортсменів	<b>1</b>	<b>1</b>
<i>Круглий стіл. Тестовий контроль</i>			<b>2</b>
	<b>УСЬОГО</b>	<b>20</b>	<b>16</b>

<b>Обсяг програми</b>	<b>36 годин, 1 кредит ЄКТС</b>
<b>Тривалість</b>	<b>6 днів</b>

Форма підвищення кваліфікації	Очна форма підвищення кваліфікації
<p style="text-align: center;"><b>Перелік компетентностей, що вдосконалюватимуться / набуватимуться</b></p>	<p><b>Загальні:</b> Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.  Здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу.  Здатність до адаптації та дії в новій ситуації.  Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел.  Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.  Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності  Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).  Здатність генерувати нові ідеї (креативність)</p> <p><b>Фахові (предметно-орієнтовані):</b> Здатність до оволодіння знань теоретичних засад методики спортивного тренування, особливостей організації навчально-тренувального процесу з видів спорту, системи та критеріїв спортивного контролю  Здатність формувати фонд рухових вмінь та навичок в процесі навчання руховим діям з видів спорту, та використання сучасних методик навчання техніки вправ.  Здатність використовувати набуті знання, вміння та навички в повсякденному житті з метою самовдосконалення.  Здатність формувати свідоме ставлення до праці, елементарних трудових вмінь і навичок в процесі занять спортом.  Здатність оволодіння знаннями теоретичних засад в галузі спорту на основі формування осмисленого ставлення до фізичної культури та спортивної діяльності.  Здатність будувати процес спортивної підготовки у відповідності з вимогами законодавства в галузі освіти, фізичної культури і спорту, програмними та нормативними основами освіти, фізичного виховання і спорту.  Здатність володіння елементарними способами управління спортсменами на тренуванні  Здатність володіння методикою самоконтролю своєї професійної діяльності.  Здатність використати сучасні досягнення науки і передових технологій.  Здатність представляти результати досліджень у вигляді звітів і публікацій.</p>

	<p>Здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини.</p> <p>Здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів.</p> <p>Здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми.</p> <p>Здатність аналізувати прояви психіки людини під час занять фізичною культурою і спортом.</p> <p>Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.</p>
<b>Терміни виконання програми</b>	<b>2021-2023 рр.</b>
<b>Очікувані результати навчання</b>	<p>Самостійно вирішувати завдання своєї професійної діяльності</p> <p>Уміти працювати в колективі та команді.</p> <p>Уміти працювати самостійно і автономно.</p> <p>Здатність і вміння використовувати отримані поглиблені знання, та сформовані загальнокультурні і професійні компетентності.</p> <p>Вміти обґрунтовано обирати шляхи вирішення професійних завдань у контексті власного дослідження.</p> <p>Виконувати професійні функції і типові завдання діяльності.</p> <p>Розробляти стратегії, тактики і техніки взаємодії з людьми, організації спільної діяльності для досягнення суспільно значимих цілей.</p> <p>Уміти вирішувати та прогнозувати результати складних спеціалізованих задач та практичних проблем у сфері фізичної культури і спорту, що пов'язані із застосуванням відповідних підходів, теорій, методів та технологій.</p> <p>Уміти вирішувати та прогнозувати результати складних завдань та практичних проблем у галузі фізичної культури і спорту.</p> <p>Засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.</p>
<b>Місце виконання програми</b>	<p>Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського</p> <p>Адреса: вулиця Острозького, 32, Вінниця, Вінницька область, 21000</p>

<b>Вартість/ безоплатність надання освітньої послуги</b>	Освітні послуги надаються за рахунок державної субвенції або кошти фізичних чи юридичних осіб. Вартість навчання – 800 грн.
<b>Документ, що видається за результатами підвищення кваліфікації</b>	Сертифікат про підвищення кваліфікації