


**ЖИТОМИРСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ ІВАНА ФРАНКА**

**СХВАЛЕНО**  
В. о. голови Вченої ради  
Житомирського державного  
університету імені Івана Франка

  
Тетяна БОЦЯН

Протокол № 22 , від 27.12.2022

**ЗАТВЕРДЖЕНО**  
Ректор  
Житомирського державного  
університету імені Івана Франка

  
Галина КИРИЧУК

Наказ № 122 , від 27.12.2022.

**ПРОГРАМА ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ ТРЕНЕРІВ, ТРЕНЕРІВ-ВЧИТЕЛІВ ТА  
ФАХІВЦІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ**

1	Розробник (розробники) програми	Кутек Тамара– доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор кафедри теоретико-методичних основ фізичного виховання та спорту.		
2	Найменування програми	«Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів на різних етапах багаторічного тренування»		
3	Мета програми	Удосконалення професійної підготовки тренерів та інших фахівців фізичної культури і спорту шляхом поглиблення, доповнення, розширення спеціальних знань, умінь та навичок на основі здобутого раніше освітньо-кваліфікаційного рівня та практичного досвіду, відповідно до державної політики у сфері фізичної культури і спорту.		
4	Напрямок програми	Підвищення кваліфікації фахівців сфери фізичної культури і спорту за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт для осіб з вищою освітою.		
5	Зміст програми	№ з/п	Тема заняття	Год
		1.	Особливості інтернет-супроводу у професійній діяльності фахівців сфери фізичної культури і спорту, з використанням електронних сервісів Google	4
		2.	Компетентісний підхід у професійній діяльності тренера	2
		3.	Теоретико-методичні основи управління підготовкою кваліфікованих спортсменів	4
		4.	Взаємозв'язок фізичних можливостей та фізичної працездатності кваліфікованих спортсменів	4
		5.	Сучасний підхід до визначення різних видів фізичного навантаження у тренувальному процесі спортсменів	2
		6.	Особливості використання сучасних засобів навчання в ігрових видах спорту	2
		7.	Алгоритм підготовки спортсменів високого класу	4

		8. Сучасні вимоги до організації змагань з баскетболу	2
		9. Технологія суддівства у волейболі	2
		10. Ергогенні та ерголіптичні засоби в спорті	2
		11. Методика попередження травматизму у спорті	2
		12. Використання ІКТ у спорті	4
		13. Управління підготовкою юних спортсменів	4
		14. Побудова навчально-тренувального процесу в обраному виді спорту	4
		15. Класифікація засобів спортивного тренування	4
		16. Методи спортивного тренування	4
		17. Загальна фізична підготовка в обраному виді спорту	2
		18. Спеціальна фізична підготовка в обраному виді спорту	4
		19. Перша долікарська допомога спортсменам під час виникнення травм	4
		20. Методи спортивного відбору	4
		21. Розробка проєкту «Інновації в обраному виді спорту»	4
		22. Підготовка звіту: «Результати професійної діяльності»	4
		<b>Всього</b>	<b>72</b>
6	Обсяг (тривалість), що встановлюється в годинах та кредитах ЄКТС	72 год / 2,4 кредита	
7	Форма підвищення кваліфікації	Інституційна форма підвищення кваліфікації	
8	Вид підвищення кваліфікації	Навчання за програмою підвищення кваліфікації	
9	Перелік компетентностей, що вдосконалюватимуться / набуватимуться (загальні, фахові тощо).	<p><b>Загальні компетентності</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.</li> <li>2. Здатність працювати в команді.</li> <li>3. Здатність планувати та управляти часом.</li> <li>4. Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово.</li> <li>5. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.</li> </ol> <p><b>Фахові компетентності</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості.</li> <li>2. Здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини.</li> <li>3. Здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя.</li> <li>4. Здатність проводити біомеханічний аналіз рухових дій людини.</li> <li>5. Здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів.</li> <li>6. Здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми.</li> <li>7. Здатність застосовувати сучасні технології управління</li> </ol>	

		суб'єктами сфери фізичної культури і спорту.
10	Особи, які виконують програму (рівень вищої освіти, категорія, науковий ступінь, педагогічне/вчене звання, місце та/або досвід роботи тощо)	Викладацький склад: 1. Кутек Тамара – доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор, професор кафедри теоретико-методичних основ фізичного виховання та спорту; 2. Ахметов Рустам – доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор, професор кафедри теоретико-методичних основ фізичного виховання та спорту; 3. Шаверський Віктор – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, доцент кафедри теоретико-методичних основ фізичного виховання та спорту; 4. Горобець Сергій – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри комп'ютерних наук та інформаційних технологій; 5. Кафтанова Тетяна - старший викладач кафедри фізичного виховання та спортивного вдосконалення; 6. Саранча Микола - викладач кафедри фізичного виховання та спортивного вдосконалення; 7. Чайка Юлія – старший викладач кафедри медико-біологічних дисциплін; 8. Ревнівцев Борис - заслужений тренер України, інструктор-методист.
11	Строки виконання програми	2023 рік
12	Місце виконання програми (за місцезнаходженням суб'єкта підвищення кваліфікації та/або за місцезнаходженням замовника тощо), очікувані результати навчання	вул. Велика Бердичівська, 40 м. Житомир, Україна, 10008. За місце знаходженням замовника (за згодою сторін)  <b>Очікувані результати навчання:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Застосовувати у професійній діяльності основні положення спортивної підготовки, знання анатомічних, фізіологічних, біохімічних, біомеханічних та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою і спортом.</li> <li>• Володіти актуальними технологіями педагогічного контролю і корекції, засобами і методами управління спортивної підготовки;</li> <li>• Впроваджувати інноваційні технології для компетентісно орієнтованого навчання; володіти навичками використання інтерактивних методів навчання, сучасних інформаційно-комунікативних технологій у професійній діяльності;</li> <li>• Володіти навичками надання першої медичної допомоги, основними методами захисту персоналу та населення від можливих наслідків аварій, катастроф, стихійних лих, застосовувати правила профілактики травматизму під час занять фізичною культурою та спортом.</li> <li>• Володіти вимогами до організації навчально-тренувального процесу, з урахуванням індивідуальних особливостей тих, хто займається.</li> </ul>
13	Графік освітнього процесу	<a href="https://zu.edu.ua/">https://zu.edu.ua/</a>
14	Додаткові послуги (організація трансферу, забезпечення проживання і харчування, перелік можливих послуг для осіб з	Можливість проживання в гуртожитку (від 100 грн / доба)

	інвалідністю тощо)	
15	Документ, що видається за результатами підвищення кваліфікації	Свідоцтво про підвищення кваліфікації
16	Забезпечення розміщення програми на веб-сайті	<a href="https://etraining.zu.edu.ua/educational-program/2023/">https://etraining.zu.edu.ua/educational-program/2023/</a>