

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ ТЕХНІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
«ХАРКІВСЬКИЙ ПОЛІТЕХНІЧНИЙ ІНСТИТУТ»

Кафедра Фізичного виховання
(назва)

«ЗАТВЕРДЖУЮ»
Завідувач кафедри Фізичного виховання
(назва кафедри)

О.В. Юшко
(підпис) (ініціали та прізвище)

«___» _____ 202__ року

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
ЗАГАЛЬНА ТЕОРІЯ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ
(назва навчальної дисципліни)

рівень вищої освіти перший (бакалаврський)
перший (бакалаврський) / другий (магістерський)

галузь знань 01 Освіта
(шифр і назва)

спеціальність 017 Фізична культура і спорт
(шифр і назва)

освітня програма Фізична культура і спорт
(назви освітніх програм спеціальностей)

вид дисципліни професійна підготовка/ обов'язкова
(загальна підготовка / професійна підготовка; обов'язкова/вибіркова)

форма навчання денна
(денна / заочна / дистанційна)

ЛИСТ ЗАТВЕРДЖЕННЯ

Робоча програма з навчальної дисципліни Загальна теорія підготовки спортсменів

(назва дисципліни)

Розробники:

доцент, к.п.н, доц.

(посада, науковий ступінь та вчене звання)

(підпис)

К.М. Блещунова

(ініціали та прізвище)

(посада, науковий ступінь та вчене звання)

(підпис)

(ініціали та прізвище)

Робоча програма розглянута та затверджена на засіданні кафедри

(назва кафедри, яка забезпечує викладання дисципліни)

Протокол від « ____ » _____ 202__ року № _____

Завідувач кафедри _____

Фізичного виховання

(назва кафедри)

(підпис)

О. В. Юшко

(ініціали та прізвище)

ЛИСТ ПОГОДЖЕННЯ

Шифр та назва спеціальності	ПІБ голови групи забезпечення	Підпис
017 Фізична культура і спорт		

Голова групи забезпечення спеціальності

«_____» _____ 202__ р.

ЛИСТ ПЕРЕЗАТВЕРДЖЕННЯ РОБОЧОЇ НАВЧАЛЬНОЇ ПРОГРАМИ

Дата засідання кафедри-розробника РПНД	Номер протоколу	Підпис завідувача кафедри	Голови груп забезпечення спеціальностей

МЕТА, КОМПЕТЕНТНОСТІ, РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ ТА СТРУКТУРНО-ЛОГІЧНА СХЕМА ВИВЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Мета – формування фундаментальних та прикладних знань з підготовки спортсменів різної кваліфікації.

Компетентності:

- ЗК1. Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.
- ЗК3. Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і примножувати досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій.
- ЗК12. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
- ЗК16. Здатність використовувати під час навчання та виконання професійних завдань знань про фізіологічні основи адаптації до фізичних навантажень різної спрямованості.
- СК2. Здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях.
- СК10. Здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми.

Результати навчання:

- РН2. Спілкуватися українською та іноземною мовами у професійному середовищі, володіти фаховою термінологією та професійним дискурсом, дотримуватися етики ділового спілкування.
- РН3. Уміти обробляти дані з використанням сучасних інформаційних та комунікаційних технологій.
- РН4. Показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення.
- РН5. Засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід колег.
- РН8. Здійснювати заходи з підготовки спортсменів, організації й проведення спортивних змагань.
- РН14. Застосовувати у професійній діяльності знання анатомічних, фізіологічних, біохімічних, біомеханічних та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою і спортом.
- РН15. Визначати функціональний стан організму людини та обґрунтовувати вибір засобів профілактики перенапруження систем організму осіб, які займаються фізичною культурою і спортом.
- РН20. Використовувати нормативні та правові акти, що регламентують професійну діяльність.
- РН21. Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.

Структурно-логічна схема вивчення навчальної дисципліни

Вивчення цієї дисципліни безпосередньо спирається на:	На результати вивчення цієї дисципліни безпосередньо спираються:
Фізіологію спорту і рухової активності Спортивну морфологію	Теорія та методика викладання обраного виду спорту
Біохімію фізичної культури і спорту	Теорія і методика юнацького спорту
Теорію і методику фізичного виховання	Тренерська практика

ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

(розподіл навчального часу за семестрами та видами навчальних занять)

Семестр	Загальний обсяг			За видами аудиторних занять (годин)			Індивідуальні завдання студентів (КП, КР, РГ, Р, РЕ)	Поточний контроль Контрольні роботи (кількість робіт)	Семестровий контроль	
	Всього (годин) / кредитів ECTS	З них		Лекції	Лабораторні заняття	Практичні заняття, семінари			Залік	Екзамен
		Аудиторні заняття (годин)	Самостійна робота (годин)							
5	120/5	48	72	32	–	16	КР	2		5

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до загального обсягу складає 44,4 %.

СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

№ з/п.	Види навчальних занять (Л, ЛЗ, ПЗ, СР)	Кількість годин	Назви змістових модулів. Найменування тем та питань кожного заняття. Завдання на самостійну роботу.	Рекомендована література (базова, допоміжна)
1	2	3	4	5
Змістовий модуль № 1 - Основи сучасної системи підготовки спортсменів				
1	Л	2	Тема 1. Загальна теорія підготовки спортсменів як наукова та навчальна дисципліна. Формування загальної теорії підготовки спортсменів. Історичні причини. Формування загальної теорії. Методологічні аспекти побудови теорії та сучасна система знань. Методологічні аспекти побудови теорії спорту. Структура сучасного знання.	1-29
	ПЗ	2	Структура та вимоги навчального курсу. Вибір тем курсових робіт. Методичні вказівки до виконання курсових робіт. Методи наукових досліджень.	
2	Л	2	Тема 2. Змагальна діяльність у спорті. Концепція спорту. Специфічні особливості спорту. Концепція змагання. Види конкуренції. Класифікація змагань. Класифікація видів спорту. Соціальні функції спорту. Змагальна діяльність - предмет вивчення з позиції суддівства та тренерської роботи.	1-29
3	Л	2	Тема 3. Моделювання та прогнозування у спорті. Загальні положення про моделювання у спорті. Види моделей. Моделі змагальної діяльності. Моделі підготовленості. Морфофункціональні моделі. Загальні засади прогнозування у спорті. Методи прогнозування. Короткострокове та середньострокове прогнозування. Довгострокове та наддовгострокове прогнозування.	1-29
	ПЗ	2	Тема 2-3. Змагальна діяльність та моделювання у спорті. Роль та місце спортивних змагань в системі підготовки спортсменів різної кваліфікації. Особливості проведення та моделі змагальної діяльності в обраному виді спорту. Моделювання підготовленості залежно від індивідуальних можливостей спортсменів.	
4	Л	4	Тема 4. Основи методики відбору в спорті. Спортивний відбір та спортивна орієнтація. Цілі, класифікація форм спортивного відбору та орієнтації. Основні принципи та критерії проведення відбору. Облік фізіолого-генетичних особливостей людини у спортивному відборі. Етапи та методика відбору. Організація відбору та орієнтації. Система спортивного відбору Німеччини. Система пошуку спортивних талантів у	1-29

	ПЗ	2	США. Особливості спортивного відбору у Китаї. Відбір найсильніших спортсменів у Норвегії. Організаційні основи спортивного відбору Італії. Система спортивного відбору Франції. Особливості спортивного відбору Австралії. Система спортивного відбору у Росії. Особливості відбору спортсменів України. Критерії спортивного відбору та визначення спортивної спеціалізації спортсменів: соматична діагностика; психофізіологічна діагностика; діагностика рівня розвитку фізичних здібностей.	
5	Л ПЗ	4 2	Тема 5. Управління і контроль у спорті. Мета та об'єкт управління. Умови здійснення керування. Види управління: етапне керування, поточне керування, оперативне керування. Мета та об'єкт контролю. Вимоги до показників, які у контролі. Види контролю. Загальна характеристика фізичних навантажень. Контроль навантажень змагань. Контроль тренувального навантаження. Контроль за величиною внутрішнього (фізіологічного) навантаження. Самоконтроль, його основні методи та показники. Застосування різних видів контролю у залежності від етапу підготовки. Контроль тренувальних і змагальних навантажень в обраному виді спорту.	1-29
6	Л	2	Тема 6. Система підготовки спортсменів. Фізична підготовка спортсменів. Основні терміни та поняття. Підготовка спортсмена, як багатокомпонентна система. Фізична / Функціональна підготовка та підготовленість. Характеристика принципів спортивного тренування: принцип єдності загальної та спеціальної фізичної підготовки; принцип випереджальних впливів у розвитку фізичних здібностей; цільовий принцип побудови тренування.	1-29
7	Л ПЗ	2 2	Тема 7. Технічна підготовка спортсменів. Взаємозв'язок сторін підготовки. Принцип сполученого впливу. Техніка рухової дії. Спортивна техніка і технічна підготовленість. Зміст технічної підготовки. Завдання, засоби і методи технічної підготовки. Контроль технічної підготовленості. Тема 6-7. Сторони підготовки спортсменів. Характеристика компонентів системи спортивної підготовки. Особливості фізичної (функціональної) підготовки в обраному виді спортивної спеціалізації. Взаємобумовленість фізичної та технічної підготовки.	1-29
8	Л	2	Тема 8. Тактична підготовка спортсменів. Взаємозв'язок сторін підготовки. Тактична підготовленість і тактична підготовка спортсменів. Напрямки та зміст тактичної підготовки. Контроль тактичної підготовленості.	1-29
9	Л	2	Тема 9. Психічна і теоретична підготовка спортсменів. Взаємозв'язок сторін підготовки. Зміст психічної підготовки. Контроль за психічною підготовленістю.	1-29

			Зміст теоретичної підготовки. Інтегральна підготовка.	
10	ПЗ	2	Модульний контроль знань.	
11	Л	4	Тема 10. Особливості побудови мікроструктури тренувального процесу. Періодизація спортивного тренування та його структура. Характеристика тренувальних завдань та їх комплексів. Структура та класифікація тренувальних занять. Моноцикл – тренувальний день. Типи та особливості мікроциклів. Технологія складання планів тренувальних мікроциклів.	1-29
12	Л	2	Тема 11. Особливості побудови тренувального процесу в межах мезоциклу. Структура спортивного тренування. Типи мезоциклів. Мезоциклові блоки Тренувальні ефекти. Особливості побудови мезоциклів під час тренування жінок.	1-29
	ПЗ	2	Тема 10-11. Особливості побудови мікроструктури тренувального процесу. Визначення основних тренувальних режимів відповідно до змагальної діяльності. Нормування основних тренувальних та змагальних режимів для спортсменів різної спеціалізації та кваліфікації. Моделі тренувальних занять різної спрямованості та індивідуалізація тренувальних впливів.	
13	Л	2	Тема 12. Особливості планування та побудови тренувального процесу в макроциклах. Структура спортивного тренування. Тренованість та спортивна форма. Структура та характеристика макроциклів. Структура безпосередньої підготовки до основних змагань сезону. Технологія складання тренувальних планів на рік.	1-29
14	Л	2	Тема 13. Багаторічне планування підготовки спортсменів. Сучасна система періодизації у межах мегаструктури спортивної підготовки. Закономірності та особливості багаторічного тренування. Побудова підготовки в олімпійських (чотирирічних) циклах.	1-29
15	Л	2	Тема 14. Принципи підготовки спортсменів та напрями вдосконалення системи підготовки спортсменів. Ієрархія принципів у системі фізичного виховання. Специфічні принципи спортивного тренування. Розвиток системи підготовки спортсменів найвищої кваліфікації. Оптимізація тренувального процесу. Резерви подальшого розвитку теорії та практики спортивної підготовки.	1-29
16	ПЗ	2	Модульний контроль знань.	
Разом (годин)		48		

САМОСТІЙНА РОБОТА

№ з/п	Назва видів самостійної роботи	Кількість годин
1	Опрацювання лекційного матеріалу та підготовка до практичних занять (огляд основної та додаткової літератури, пошук нових джерел інформації)	12
2	Виконання курсової роботи	50
3	Підготовка до модульного контролю знань	4
4	Підготовка до іспиту	6
	Разом	72

ІНДИВІДУАЛЬНІ ЗАВДАННЯ

Курсова робота

(вид індивідуального завдання)

№ з/п	Назва розділів індивідуального завдання	Терміни виконання (на якому тижні)
1	Титул та вступ	1-2
2	Розділ 2. Мета, завдання, методи і організація дослідження 2.1. Мета роботи 2.2. Завдання роботи	2-3
3	2.3. Методи дослідження 2.4. Організація дослідження	2-3
4	Розділ 3. Результати дослідження та їх обговорення 3.1. Загальні результати та індивідуальні особливості контингенту піддослідних	4-10
5	3.2. Порівняння результатів власного дослідження з результатами, отриманими іншими фахівцями	11-12
6	Висновки	12

Індивідуальним завданням є виконання дослідницької курсової роботи.

Курсова робота розглядається як поетапна форма підготовки випускної дипломної роботи бакалавра. Студент продовжує тему, яку обрав у попередньому семестрі. Мета, завдання, методи та організація дослідження уточнюються впродовж перших трьох тижнів семестру та погоджуються із викладачем.

Мета роботи: провести апробацію обраного варіанту проведення дослідження з конкретної теми із залученням невеликої кількості піддослідних (3-5 осіб).

ФОРМА ТА МЕТОДИ НАВЧАННЯ

Методи навчання: інформаційно-рецептивний, пояснювально-ілюстративний, проблемного навчання, дослідницький.

За характером подачі (викладення) навчального матеріалу: словесні, наочні, практичні.

За організаційним характером навчання: методи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності; методи стимулювання і мотивації навчально-пізнавальної діяльності; методи контролю та самоконтролю у навчанні; бінарні (подвійні) методи навчання.

За логікою сприймання та засвоєння навчального матеріалу: індуктивно-дедукційні, репродуктивні, прагматичні, дослідницькі, проблемні тощо.

МЕТОДИ КОНТРОЛЮ

Контрольні заходи включають поточний і підсумковий контроль. Неявка студентів на будь-який вид контролю оцінюється нульовим балом.

Засоби діагностики успішності навчання: усне опитування, доповіді та дискусії на практичних заняттях, ситуаційні завдання, комп'ютерні тестові завдання, письмові роботи, комплексні кваліфікаційні завдання.

Оцінювання результатів виконаних завдань поточного контролю:

1) Засвоєння лекційного матеріалу (модулі 1-2) здійснюється на основі аналізу відповідей студента на комп'ютерні тестові завдання за коефіцієнтом засвоєння у відсотках (адаптація до шкали ЄКТС). Складання контрольного заходу є обов'язковим.

2) Практичні заняття оцінюються шляхом перевірки виконаних завдань та відповідей студентів за чотирибальною національною шкалою («5», «4», «3», «2»). Форми участі студентів у навчальному процесі, які підлягають оцінці:

- виступ з основного питання;
- доповнення, запитання до того, хто відповідає, рецензія на виступ;
- участь у дискусіях, інтерактивних формах організації заняття;
- аналіз джерельної та монографічної літератури;
- систематичність роботи на заняттях, активність під час обговорення питань.

Критеріями оцінки є: повнота розкриття питання; логіка викладання, культура мови; використання основної та додаткової літератури; аналітичні міркування, вміння робити порівняння, висновки.

3) Оцінювання курсової роботи проводиться експертним методом, коли оцінку виставляють за такими критеріями:

- своєчасність виконання навчального завдання;
- самостійність, якість та творчий підхід у виконанні завдання;
- відповідність роботи методичним рекомендаціям та чинним стандартам;
- володіння теоретичними відомостями, на яких базується предмет досліджень (аргументованість рішень, вміння захищати свою думку тощо);
- правильність застосування методів дослідження, аналізу і розрахунку;
- якість ілюстративного матеріалу і дотримання вимог стандартів;
- обґрунтування висновків;
- загальна та професійна грамотність, лаконізм і логічна послідовність викладу матеріалу.

Підсумкова діагностика успішності навчання здійснюється в письмовій формі за допомогою узагальнених кваліфікаційних (академічних або професійних) завдань, що створюються як модель певної проблемної ситуації за спеціальністю на базі програмних результатів навчання. При дистанційній формі навчання семестровий контроль може проводитися в усній формі в режимі on-line.

РОЗПОДІЛ БАЛІВ, ЯКІ ОТРИМУЮТЬ СТУДЕНТИ, ТА ШКАЛА ОЦІНЮВАННЯ ЗНАТЬ ТА УМІНЬ (НАЦІОНАЛЬНА ТА ECTS)

Таблиця 1 - Розподіл балів для оцінювання успішності студента

Виступи та виконання завдань на практичних заняттях	Змістовий модуль 1 (комп'ютерне тестування)	Змістовий модуль 2 (комп'ютерне тестування)	Курсова робота	Підсумкова атестація	Сума
20	20	20	20	20	100

Студент одержує за національною шкалою позитивну оцінку, якщо підсумковий результат не нижче 60 балів за умови відсутності нульових та негативних оцінок з кожної складової поточного контролю.

Якщо студент протягом семестру склав усі контрольні заходи, то підсумкова оцінка може бути виставлена до початку сесії як результат накопичення оцінок з окремих модулів (максимальна сума – 80 балів) або студент за своїм бажанням може підвищити цю оцінку на екзамені (максимальна сума – 100 балів). Отримана на екзамені оцінка не може бути нижчою за отриману раніше по накопиченню.

Студент вважається допущеним до семестрового екзамену з навчальної дисципліни за умови складання тематичних модулів та виконання індивідуальних завдань, передбачених навчальною програмою з дисципліни.

Таблиця 2 - Шкала оцінювання знань та умінь: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою
90-100	A	відмінно
82-89	B	добре
74-81	C	
64-73	D	
60-63	E	задовільно
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

Якщо студент не з'явився на іспит і у нього протягом семестру не складена хоча б одна складова поточного контролю, то викладач в заліково-екзаменаційну відомість робить запис «не з'явився».

МАТЕРІАЛЬНО-ТЕХНІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Для забезпечення дисципліни потрібні:

1. Обладнані аудиторії (одне робоче місце – на кожного студента групи).
2. Технічні засоби демонстрації: комп'ютер, відеопроєктор та проєкційний екран.

екран (або телевізор чи демонстраційний дисплей).

3. Учбово-наочні матеріали: презентації, плакати, таблиці, схеми.

НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

1. Робоча програма навчальної дисципліни «Загальна теорія підготовки спортсменів» для студентів за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» освітнього рівня бакалавр.

2. Силабус навчальної дисципліни «Загальна теорія підготовки спортсменів» для студентів за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» освітнього рівня бакалавр.

3. Опорні схеми курсу лекцій дисципліни «Загальна теорія підготовки спортсменів» освітнього рівня бакалавр.

4. Методичні вказівки до проведення практичних занять з навчальної дисципліни «Загальна теорія підготовки спортсменів» для студентів за спеціальністю за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» освітнього рівня бакалавр

5. Методичні вказівки щодо організації та змісту самостійної роботи студентів з навчальної дисципліни «Загальна теорія підготовки спортсменів» для студентів за спеціальністю за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» освітнього рівня бакалавр.

6. Методичні вказівки до виконання курсової роботи з навчальної дисципліни «Загальна теорія підготовки спортсменів» для студентів за спеціальністю за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» освітнього рівня бакалавр.

7. Питання комп'ютерного тестування знань з дисципліни «Загальна теорія підготовки спортсменів»: 1-2-й модуль.

8. Питання до екзамену з дисципліни «Загальна теорія підготовки спортсменів».

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

Базова література

1. Адаптивний спорт: навчально-наочний посібник / С.Ф. Матвеев, І.О. Когут, О.В. Борисова [та ін.]. – Київ: ТОВ "НВП "Інтерсервіс", 2014. – 116 с. – URI: <https://reposit.uni-sport.edu.ua/xmlui/handle/787878787/1272>

2. Костюкевич В.М. Теорія і методика спортивної підготовки у запитаннях і відповідях: навчальний посібник / В.М. Костюкевич. – Вінниця: Планер, 2016. – 159 с. – Режим доступу: http://library.vspu.edu.ua/polki/akredit/kaf_5/kostukevich13.pdf

3. Неолімпійський спорт: навчальний посібник для студ. вищ. закладів фіз. виховання і спорту / Є.В. Імас, С.Ф. Матвеев, О.В. Борисова [та ін.]; НУФВСУ. - Київ: Олімпійська література, 2015. - 184 с. – URI: <https://reposit.uni-sport.edu.ua/xmlui/handle/787878787/1273>

4. Павленко Ю.О. Науково-методичне забезпечення підготовки спортсменів в олімпійському спорті: монографія / Ю.О. Павленко. – К.: Олімпійська література, 2011. – 312 с. – URI: <https://reposit.uni-sport.edu.ua/xmlui/handle/787878787/957>

5. Платонов В.М. Сучасна система спортивного тренування / В.М. Платонов. – К.: Перша друкарня, 2020. – 704 с. – Режим доступу: https://noc-ukr.org/library/modern_system.pdf

6. Шинкарук О.А. Теорія і методика підготовки спортсменів: управління, контроль, відбір, моделювання та прогнозування в олімпійському спорті: навчальний посібник для студ. вищ. навч. закладів / О.А. Шинкарук; МОНУ, НУФВСУ. – К.: НВП Поліграфсервіс, 2013. – 136 с. – URI: <http://reposit.uni-sport.edu.ua/handle/787878787/255> <http://reposit.uni-sport.edu.ua/handle/787878787/1134>

7. Bompa T., Buzzichelli C. Periodization Training for Sports. - Third Edition. – Human Kinetics Published, 2015. – 368 p. – Режим доступу: https://coachezra.weebly.com/uploads/1/1/8/3/118372877/tudor_bompa_carlo_buzzichelli-periodization_training_for_sports-human_kinetics_2015_.pdf

або у перекладі:

<https://books.google.com.ua/books?id=dQyMDgAAQBAJ&pg=PA3&lpg=PA1&focus=viewport&hl=ru#v=onepage&q&f=false>

8. Bompa Tudor O., Haff Gregory G. Periodization: theory and methodology of training. – Human Kinetics Published, 2021. – 355 p. – Режим доступу: <http://dspace.vnbrims.org:13000/xmlui/handle/123456789/4660>

9. Issurin V. Building the modern athlete: scientific advancements and training innovations. – Michigan, Ultimate Athlete Concepts, 2015. – 462 p. – Режим доступу: <https://www.goodreads.com/book/show/33010072-building-the-modern-athlete>

або у перекладі:

http://sportwiki.to/%D0%A2%D1%80%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%80%D1%83%D0%B5%D0%BC%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%8C_%D0%B8_%D0%BD%D0%B0%D1%81%D0%BB%D0%B5%D0%B4%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%8C

10. Issurin V. Block Periodization: Breakthrough in Sport. – Michigan, Ultimate Athlete Concepts, 2008. – 214 p. – Режим доступу: <https://pdfcoffee.com/docslidenetvladimir-issurin-block-periodization-pdfpdf-pdf-free.html>

11. Issurin V. Block Periodization 2: Fundamental Concepts and Training Design. – Michigan, Ultimate Athlete Concepts, 2013. – 242 p. – Режим доступу: https://www.amazon.com/Block-Periodization-Fundamental-Concepts-Training/dp/0981718043/ref=sr_1_4?qid=1687776028&refinements=p_27%3AVladimir+B+Issurin&s=books&sr=1-4&text=Vladimir+B+Issurin

Допоміжна література

Підручники і посібники з виду спорту обраної спеціалізації.

12. Байкіна Н.Г., Клочко Л.І. Співвідношення засобів багаторічної підготовки висококваліфікованих спортсменок у марафонському бігу до змагань вищого світового рівня: монографія / Н.Г. Байкіна, Л.І. Клочко. – Запоріжжя: Кругозір, 2015. – 304 с. – URI: <https://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/22579>

13. Диференціація фізичної підготовки спортсменів: монографія / авт.

кол.: Линець М.М., Чичкан О.А., Хіменес Х.Р. [та ін.]; за заг. ред. М. М. Линця. – Львів: ЛДУФК, 2017. – 304 с. – URI: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/7662>

14. Келлер В.С. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів: навч. посіб. / В.С. Келлер, В.М. Платонов. - Львів: Українська Спортивна Асоціація, 1993. - 269 с. – URI: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/20381>

15. Костюкевич В.М. Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту): навчальний посібник / В.М. Костюкевич. – Вінниця: Планер, 2014 – 616 с. – Режим доступу: <http://93.183.203.244/handle/123456789/103>
https://library.vspu.edu.ua/polki/akredit/kaf_5/kostukevich11.pdf

16. Кошура А.В. Теорія і методика спортивних тренувань: навч. посіб.– Чернівці: Чернівець. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича, 2021. – 120 с. – URI: <https://archer.chnu.edu.ua/handle/123456789/2262>
<https://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/32684>

17. Куроченко І. П. Антидопінговий контроль та біопроби в спорті: посібник /Куроченко І. П. – К: Вид-во Європ. ун-ту, 2007. – 124 с.– Режим доступу: <https://ukrwrestling.com.ua/wp-content/uploads/2018/11/Antidopinhovy-kontrol-ta-proby-u-sporti.doc>

18. Мітова О. Уніфікований алгоритм комплексного контролю підготовленості спортсменів у командних спортивних іграх. Наука в олімпійському спорті. 2019; 2:16-28. DOI:10.32652/olympic2019.2_2. Режим доступу: https://sportnauka.org.ua/wp-content/uploads/nvos/articles/2019.2_2.pdf

19. Медико-біологічне забезпечення підготовки спортсменів збірних команд України з олімпійських видів спорту / О.А. Шинкарук, О.М. Лисенко, Л.М. Гуніна [та ін.]; за заг. ред. О.А. Шинкарук. — К.: Олімпійська література, 2009. — 144 с. – URI: <https://reposit.uni-sport.edu.ua/handle/787878787/595>

20. Олешко В. Г. Моделювання, відбір та орієнтація підготовки спортсменів у силових видах спорту: монографія / В. Г. Олешко. – Київ: Центр учбової літератури, 2016. – 252 с. – URI: <https://reposit.uni-sport.edu.ua/handle/787878787/2352>

21. Основи спортивного харчування: навчально-методичний посібник / укл.: П.І. Горюк, А.В. Гакман. – Чернівці: Чернівецький нац. ун-т, 2018. – 74 с. – URI: <https://archer.chnu.edu.ua/handle/123456789/882>

22. Сергієнко Л.П. Технології наукових досліджень у фізичній культурі: підручник для студентів вищих навчальних закладів: у 2 кн. Кн. 1 / Л.П. Сергієнко. – Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2014. – 496 с.– Режим доступу: https://books.google.com.ua/books?id=J7WpEAAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=%D0%A2%D0%B5%D1%85%D0%BD%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%97+%D0%BD%D0%B0%D1%83%D0%BA%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D1%85+%D0%B4%D0%BE%D1%81%D0%BB%D1%96%D0%B4%D0%B6%D0%B5%D0%BD%D1%8C+%D1%83+%D1%84%D1%96%D0%B7%D0%B8%D1%87%D0%BD%D1%96%D0%B9+%D0%BA%D1%83%D0%BB%D1%8C%D1%82%D1%83%D1%80%D1%96&hl=ru&sa=X&redir_esc=y#v=onepage&q=%D0%A2%D0%B5%D1%85%D0%BD%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%97%20%D0%BD%D0%B0%D1%83%D0%BA%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D1%85%20%D0%B4%D0%BE%D1%81%D0%BB%D1%96%D0%B4%D0%B6%D0%B5%D0%BD%D1%8C%20%D1%83%20%D1%84%D1%96%D0%B7%D0%B8%D1%87%D0%BD%D1%96%D0%B9%20%D0%BA%D1%83%D0%BB%D1%8C%D1%82%D1%83%D1%80%D1%96&f=false

23. Сергієнко Л.П. Технології наукових досліджень у фізичній культурі: підручник для студентів вищих навчальних закладів: у 2 кн. Кн. 2 / Л.П. Сергієнко. – Тернопіль: Навчальна книга - Богдан, 2015. – 900 с. – Режим доступу: <https://books.google.com.ua/books?id=LWupEAAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=%D0%A2%D0%B5%D1%85%D0%BD%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%97+%D0%BD%D0%B0%D1%83%D0%BA%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D1%85+%D0%B4%D0%BE%D1%81%D0%BB%D1%96%D0%B4%D0%B6%D0%B5%D0%BD%D1%8C+%D1%83+%D1%84%D1%96%D0%B7%D0%B8%D1%87%D0%BD%D1%96%D0%B9%20%D0%BA%D1%83%D0%BB%D1%8C%D1%82%D1%83%D1%80%D1%96&f=false>

[D1%96%D0%B9+%D0%BA%D1%83%D0%BB%D1%8C%D1%82%D1%83%D1%80%D1%96&hl=ru&sa=X&redir_esc=y#v=onepage&q=%D0%A2%D0%B5%D1%85%D0%BD%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%97%20%D0%BD%D0%B0%D1%83%D0%BA%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D1%85%20%D0%B4%D0%BE%D1%81%D0%BB%D1%96%D0%B4%D0%B6%D0%B5%D0%BD%D1%8C%20%D1%83%20%D1%84%D1%96%D0%B7%D0%B8%D1%87%D0%BD%D1%96%D0%B9%20%D0%BA%D1%83%D0%BB%D1%8C%D1%82%D1%83%D1%80%D1%96&f=false](https://library.vspu.net/jspui/handle/123456789/231)

24. Теоретико-методичні основи контролю у фізичному вихованні та спорті: монографія / Костюкевич В.М., Врублевський Є.П., Вознюк Т.В. [та ін.]; за заг. ред. В.М. Костюкевича. – Вінниця ТОВ «Планер», 2017. – 191 с. – URI: <https://library.vspu.net/jspui/handle/123456789/231>

25. Чухланцева Н.В. Технології підвищення спортивної майстерності: навч. посібн. для студентів спеціальності 017 фізична культура і спорт денної та заочної форм навчання / Чухланцева Н. В. – Запоріжжя: ЗНТУ, 2018. – 226 с. – URI: <http://eir.zp.edu.ua/handle/123456789/6202>

26. Bondarchuk A. Transfer of Training in Sports. – Michigan, Ultimate Athlete Concepts, 2007. – 238 p. – Режим доступу: https://ru.scribd.com/doc/310467588/Transfer-of-Training-in-Sports?utm_medium=cpc&utm_source=google_search&utm_campaign=3Q_Google_DSA_NB_RoW&utm_term=&utm_device=c&gclid=Cj0KCQjw7uSkBhDGARIsAMCZNIJsaKR6COIX5n6V-s2QS_Ouqr6I9L1vPvspErAII9nErGNNRERhRkBgaAr1cEALw_wcB

27. Bondarchuk A. Champion School: A Year to Year Model To Developing Elite Athletes. – Michigan, Ultimate Athlete Concepts, 2015. – 242 p. – Режим доступу: <https://www.freelapusa.com/champion-school-a-year-to-year-model-to-developing-elite-athletes/>

28. Issurin V., Lyakh V. Coordination Abilities of Athletes. – Michigan, Ultimate Athlete Concepts, 2019. – 148 p. – Режим доступу: https://www.researchgate.net/publication/316271628_Coordination_Abilities_of_Athletes_Basics_of_Manifestation_Evaluation_and_Elucidation_A_Review

29. Issurin V., Thome M. Athletic Talent: Identification and Development. – Michigan, Ultimate Athlete Concepts, 2019. – 328 p. – Режим доступу: <https://library.olympics.com/Default/doc/SYRACUSE/167045/athletic-talent-identification-and-its-development-vladimir-issurin?lg=en-GB>

або у перекладі:

https://books.google.com.ua/books?id=GyA_DwAAQBAJ&pg=PT5&dq=%D0%98%D1%81%D1%81%D1%83%D1%80%D0%B8%D0%BD.+%D0%A1%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D1%8B%D0%B9+%D1%82%D0%B0%D0%BB%D0%B0%D0%BD%D1%82&hl=ru&sa=X&ved=2ahUKewiM1PjTwKf9AhVGg_0HNU3bAO0Q6AF6BAgEEAI#v=onepage&q=%D0%98%D1%81%D1%81%D1%83%D1%80%D0%B8%D0%BD.%20%D0%A1%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82%D0%B8%D0%B2%D0%BD%D1%8B%D0%B9%20%D1%82%D0%B0%D0%BB%D0%B0%D0%BD%D1%82&f=false

ІНФОРМАЦІЙНІ РЕСУРСИ В ІНТЕРНЕТІ

№	Режим доступу	Назва
1	http://www.mon.gov.ua/	Міністерство освіти та науки України
2	https://mms.gov.ua/	Міністерство молоді та спорту України
3	http://www.olympic.org/	Міжнародний Олімпійський комітет
4	http://www.noc-ukr.org/	Національний Олімпійський комітет України

№	Режим доступу	Назва
5	https://paralympic.org.ua/ua	Національний комітет спорту інвалідів України
6	https://avsu.org.ua/	Асоціація ветеранів спорту України
7	http://journals.uran.ua/	Наукова періодика України: Каталог журналів за тематикою
8	http://olympicinstitute.uni-sport.edu.ua/	Навчально-науковий олімпійський інститут Національного університету фізичного виховання і спорту
9	http://dndifks.com.ua/	Державний науково-дослідний інститут фізичної культури і спорту
10	https://noc-ukr.org/about/olympic-library/enciklopedii/	Олімпійська бібліотека на сайті Олімпійської академії України.
11	http://olympicpress.com.ua/	Видавництво «Олімпійська література»
12	http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?Z21ID=&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&S21STN=1&S21REF=10&S21FMT=juu_all&C21COM=S&S21CNR=20&S21P01=0&S21P02=0&S21P03=PREF=&S21COLORTERMS=0&S21STR=NOS https://sportnauka.org.ua https://noc-ukr.org/about/olympic-library/nauka-v-olimpiyskom-sporte/	Наука в олімпійському спорті: Міжнародний науково-теоретичний журнал / Національний університет фізичного виховання та спорту України. – Київ: [б. в.], 1994. - Виходить щоквартально.
13	http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?Z21ID=&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&S21STN=1&S21REF=10&S21FMT=juu_all&C21COM=S&S21CNR=20&S21P01=0&S21P02=0&S21P03=I-&S21COLORTERMS=0&S21STR=%D0%9669497	Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки: Фізичне виховання і спорт: журн. / Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, Наук. студент. т-во. – Луцьк: [б. в.]. - Виходить щоквартально.
14	http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?Z21ID=&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&S21STN=1&S21REF=10&S21FMT=juu_all&C21COM=S&S21CNR=20&S21P01=0&S21P02=0&S21P03=PREF=&S21COLORTERMS=0&S21STR=PPMB	Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту / Харк. нац. пед. ун-т ім. Г. С. Сковороди. – Харків: Вид-во ХПІ, 1998. - Виходить щомісяця.
15	http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?Z21ID=&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&S21STN=1&S21REF=10&S21FMT=juu_all&C21COM=S&S21CNR=20&S21P01=0&S21P02=0&S21P03=PREF=&S21COLORTERMS=0&S21STR=spschuh	Спортивна наука та здоров'я людини = Sport science and human health: наук. журн. / Київ. ун-т ім. Бориса Грінченка. – Київ: [б. в.], 2019. - Періодичність: 2-3 рази на рік.
16	https://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/index	Спортивна наука України: електронне наук. фах. вид. / Львів. держ. ун-т фіз. культури. – Львів: [б. в.], 2005. - Виходить щомісяця.
17	http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?Z21ID=&I	Спортивний вісник Придніпров'я: наук.-практ. журн. / Дніпропетр. держ. ін-т фіз.

№	Режим доступу	Назва
	21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&S21STN=1&S21REF=10&S21FMT=juu_all&C21COM=S&S21CNR=20&S21P01=0&S21P02=0&S21P03=PREF=&S21COLORTE RMS=0&S21STR=svp	культури і спорту. – Дніпро: [б. в.], 2000. - Виходить три рази на рік
18	http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?Z21ID=&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&S21STN=1&S21REF=10&S21FMT=juu_all&C21COM=S&S21CNR=20&S21P01=0&S21P02=0&S21P03=PREF=&S21COLORTE RMS=0&S21STR=TMFVS	Теорія і методика фізичного виховання і спорту: наук.-теорет. журн. / Нац. ун-т фіз. виховання і спорту України. – Київ: "Олімпійська література", 1999. - Виходить щоквартально.
19	http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?Z21ID=&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&S21STN=1&S21REF=10&S21FMT=juu_all&C21COM=S&S21CNR=20&S21P01=0&S21P02=0&S21P03=PREF=&S21COLORTE RMS=0&S21STR=Fkszn	Фізична культура, спорт та здоров'я нації: зб. наук. пр. / Вінниц. держ. пед. ун-т ім. Михайла Коцюбинського. – Вінниця: [б. в.], 2004. - Виходить двічі на рік.
20	http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?Z21ID=&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&S21STN=1&S21REF=10&S21FMT=juu_all&C21COM=S&S21CNR=20&S21P01=0&S21P02=0&S21P03=PREF=&S21COLORTE RMS=0&S21STR=Fazis	Фізична активність, здоров'я і спорт : наук. журн. / Львів. держ. ун-т фіз. культури. – Львів: [б. в.], 2010. - Виходить щоквартально.
21	http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?Z21ID=&I21DBN=UJRN&P21DBN=UJRN&S21STN=1&S21REF=10&S21FMT=juu_all&C21COM=S&S21CNR=20&S21P01=0&S21P02=0&S21P03=PREF=&S21COLORTE RMS=0&S21STR=Fvs https://sport.vnu.edu.ua/index.php/sport	Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. / Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки. – Луцьк: Вид-во Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 1999. - Виходить щоквартально.
22	http://visnyk-sport.kpnu.edu.ua/	Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини: Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка.
23	https://www.jstor.org/	Цифрова повнотекстова база даних англomовної наукової періодики JSTOR
24	https://starkcenter.org	H.J. Lutch Stark Center for Physical Culture and Sports
25	https://www.worldathletics.org/nsa	IAAF New Studies in Athletics Архів журналу New Studies In Athletics 1986-2015 рр. Унікальна база даних з публікаціями щодо методики підготовки легкоатлетів із пошуковою системою
26	https://core.ac.uk/	Найбільша колекція наукових статей у відкритому доступі