



Силабус
навчальної дисципліни
Теорія та методика дитячо-юнацького спорту
2025-2026 навчальний рік

Освітня програма Фізична культура і спорт
Спеціальність 017 Фізична культура і спорт
Галузь знань 01 Освіта/Педагогіка
Рівень вищої освіти перший бакалаврський

Викладач (і)	Некрасов Григорій Григорович, ст. викл. Кафедри ФКСМВ
Посилання на сайт	https://edu.bdpu.org
Контактний тел.	
Е-mail викладача:	gplayer03082017@gmail.com
Графік консультацій	вівторок та четвер 14:35

Обсяг курсу на поточний навчальний рік:

Кількість кредитів/ годин	Лекції	Практичні заняття	Самостійна робота	звітність
5/150	20	20	110	екзамен

Семестр: весняний

Мова навчання: українська

Ключові слова: теорія, методика, дитячо-юнацький спорт, дюсш, організація

Мета та предмет курсу: сприяти студентам у набутті базових знань про особливості організації і проведення навчально-тренувальних занять підлітків і юнаків на етапі підготовки спортивної підготовки та етапі початкової і поглибленої спортивної спеціалізації.

Компетентності та програмні результати навчання:

№ з/п	Програмні компетентності	Компетенції*	Результати навчання
	Спеціальні (фахові,	СК 1. Здатність забезпечувати формування фізичної культури	ПР 2. Спілкуватися українською та іноземною мовами у

	<p><i>предметні)</i></p>	<p><i>особистості.</i> <i>СК 5. Здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя.</i> <i>СК 10. Здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми.</i> <i>СК 12. Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.</i></p>	<p>професійному середовищі, володіти фаховою термінологією та професійним дискурсом, дотримуватися етики ділового спілкування. ПР 7. Здійснювати навчання руховим діям та розвиток рухових якостей людини в умовах різних форм організації занять фізичними вправами. ПР 9. Демонструвати готовність до зміцнення особистого та громадського здоров'я шляхом використання рухової активності людини та інших чинників здорового способу життя, проведення роз'яснювальної роботи серед різних груп населення. ПР 10. Оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми кондиційного тренування, організувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи. ПР 13. Використовувати засвоєнні уміння і навички занять популярними видами рухової активності оздоровчої</p>
--	--------------------------	--	--

			<p>спрямованості.</p> <p>ПР 17. Знати та розуміти сутність, принципи, методи, форми та організацію процесу навчання і виховання людини.</p> <p>ПР 21. Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.</p>
--	--	--	--

Зміст курсу:

Тема 1. Теорія та методика дитячо-юнацького спорту як наукова та навчальна дисципліна. Система організації дитячо-юнацького спорту.

Тема 2. Особистість тренера та його професійна підготовленість.

Тема 3. Педагогічні основи та біологічні умови навчання та виховання юних спортсменів.

Тема 4. Психологічні основи навчання та виховання.

Тема 5. Розвиток фізичних здібностей юних спортсменів.

Тема 6. Комплектування відділень ДЮСШ. Орієнтація у виборі спортивної спеціалізації.

Тема 7. Планування навчання та виховання юних спортсменів. Форми організації учбово-тренувального заняття.

Тема 8. Підготовка та участь юних спортсменів у змаганнях. Режим юного спортсмена.

Тема 9. Методика навчання та виховання юних спортсменів Соціальні основи формування особистості юного спортсмена.

Тема 10. Педагогічний контроль та корекція спортивної підготовки. Тестування спортивної підготовленості.

Методи навчання: різновиди лекцій, дискусії, ділові ігри та ситуаційні завдання, тощо.

Система оцінювання та вимоги:

Поточний контроль			Сума
Змістовий модуль 1	Змістовий модуль 2	залік	
T ₁ – T ₅	T ₆ – T ₁₀		
25	25	50	

Список рекомендованих джерел

1. Бальсевич В.К. Онтокінезіологія людини / Бальсевич В.К. – М.: Теорія і практика фізичної культури, 2000. 275 с.
2. Волков Л.В. Теорія і методика дитячого та юнацького спорту / Волков Л.В. К.: Олімпійська література, 2002. 294 с.
3. Коханович К. Теоретико-методичні основи комплексного контролю в системі підготовки юних гімнастів: Автореф. дис. ... д-ра наук з фіз.. вихов. і спорту: 24.00.01 /Коханович Казімеж. Київ, 2003. 44 с.
4. Матіцин О.В. Сенситивні періоди для інтенсивного формування спеціальної підготовленості юних спортсменів у процесі багаторічного тренування у настільному тенісі / Матіцин О.В. // Фізична культура: виховання, освіта, тренування, дитячий тренер: журнал у журналі. 2002. № 1. С. 2-5.
5. Платонов В.М. Система підготовки спортсменів у олімпійському спорті. Загальна теорія та її практичні додатки / Платонов В.М. К.: Олімпійська література, 2004. 808 с.
6. Сахновський К.П. Теоретико-методичні засади системи багаторічної спортивної підготовки. Дис. ... д-ра пед. наук: 24.00.01/ Сахновський К.П. К.: УДУФВС, 2001. 317 с.
7. Сергієнко Л.П. Тестування рухових здібностей школярів / Сергієнко Л.П.. К.: Олімпійська література, 2001. 439 с.
8. Сергієнко Л.П. Спортивний відбір: теорія та практика. У 2 кн. Книга 1. Теоретичні основи спортивного відбору / Л.П. Сергієнко. Тернопіль: Навчальна книга Богдан, 2009. 672 с.
9. Худолій О.М. Навантаження у спортивному тренуванні юних гімнастів / Худолій О.М. // Теорія та практика фізичного виховання. Харків: ОВС, 2001. № 3. С. 13-18.
10. Худолій О.М. Проблеми побудови процесу підготовки юних гімнастів / Худолій О.М. // Фізичне виховання студентів творчих спеціальностей: Зб. наук. праць / За ред. С.С. Єрмакова. Харків, 2004. № 6. С. 72-80.

11. Худолій О.М. Обґрунтування модельних характеристик рухової підготовленості юних гімнастів 7-13 років / Худолій О.М. // Теорія та методика фізичного виховання. 2005. № 1. С. 18-37.

Допоміжна література

1. Волков Л.В. Спортивна підготовка молодших школярів / Л.В. Волков. – К.: «Освіта України», 2010. 388 с.
2. Волков Л.В. Фізична підготовка школярів / Л.В. Волков. – К. : «Освіта України», 2014. – 216 с.
3. Волков Л.В. Теорія і методика дитячого та юнацького спорту. Підручник /Л.В. Волков. Вид. 2-е, пер. і доп. - К.: Освіта України, 2016. – 464 с.
4. Лопатенко Г. О. Мобілізаційні позатренувальні засоби в системі підготовки кваліфікованих спортсменів / Г. О. Лопатенко, В. Є. Виноградов // *Congres Stintific International Sportul Olimpic Si Sportul Pentru Toti «Editia a XV»*, Chissnau: 12–15 september 2011. С. 128–131.
5. Основи персонального тренування / Під. ред. Р.В. Ерла, Т.Р. Бехля. – К.: Олімпійська література, 2012. 724 с.
6. Присяжнюк С.І. Курс лекцій з фізичного виховання: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / С. І. Присяжнюк, Д. Г. Оленев.– К.: Видавничий центр НУБіП України, 2015. 420 с.
7. Сергієнко Л.П. Теорія та методика дитячого і юнацького спорту: підручник / Л.П. Сергієнко. – К.: Кондор-Видавництво, 2016. – 542 с.
8. Хорошуха М.Ф. Основи здоров'я юних спортсменів: монографія./ М.Ф. Хорошуха, НПУ ім. М.П. Драгоманова. – К.: НУБіП України, 2014. – 722 с.