



ЗАТВЕРДЖЕНО  
Методичною радою  
університету  
від 26.02.2020  
(протокол №5)

**Силабус**  
навчальної дисципліни  
**“Основи теорії та методики спортивного відбору та орієнтації”**  
2025-2026 навчальний рік

Освітня програма: **Фізична культура і спорт**

Спеціальність: **A7 Фізична культура і спорт**

Галузь знань: **A Освіта**

Рівень вищої освіти: **другий (магістерський)**

<b>Викладач (і)</b>	Людмила Коновальська, кан. пед.наук., доцент кафедри фізичної культури, спорту та методики викладання
<b>Посилання на сайт</b>	<a href="https://bdpu.org.ua/teachers/konovalska-lyudmyla-oleksandrivna/">https://bdpu.org.ua/teachers/konovalska-lyudmyla-oleksandrivna/</a> <a href="https://edu.bdpu.org/course/view.php?id=4132">https://edu.bdpu.org/course/view.php?id=4132</a>
<b>Е-mail викладача:</b>	konoval7s7ka@gmail.com
<b>Контакти викладача</b>	Коновальська Людмила Олександрівна +380669070101
<b>Графік консультацій</b>	понеділок, четвер –14.35

**Обсяг курсу на поточний навчальний рік:**

Форма навчання	Кількість кредитів/годин	Лекції	Практичні заняття	Самостійна робота	звітність
<b>денна</b>	3/90	12	12	66	Залік,
<b>заочна</b>	3/90	8	6	76	Залік

**Семестр: II.**

**Мова навчання:** українська.

**Ключові слова:** спортивний відбір, розвиток та діагностика, спеціальні здібності спортсменів, морфофункціональних показників спортсменів, генетика розвитку, спортивний талант, відбір.

**Мета та предмет курсу:** Формування у здобувачів системних знань про теоретико-методичні основи спортивного відбору та орієнтації, закономірності розвитку спортивної обдарованості, а також умінь

здійснювати діагностику та прогнозування здібностей спортсменів у різних видах спорту.

**Предмет вивчення навчальної дисципліни** – закономірності, принципи та методи спортивного відбору й орієнтації, а також процеси діагностики та прогнозування розвитку спортивної обдарованості у різних видах спорту. **Компетентності та програмні результати навчання :**

#### **Програмні компетентності**

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

**ЗК1.** Здатність діяти соціально відповідально та свідомо.

**ЗК2.** Здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел

**ЗК7.** Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.

**СК4.** Здатність управляти робочими або навчальними процесами у сфері фізичної культури та спорту, які є складними, непередбачуваними та потребують нових стратегічних підходів.

**СК5.** 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.

#### **Програмні результати навчання:**

**ПРН1.** Аналізувати особливості, протиріччя та перспективи розвитку сучасної сфери фізичної культури і спорту, критично осмислювати проблеми у галузі та на межі галузей знань.

**ПРН2.** Приймати ефективні рішення щодо вирішення проблем у сфері фізичної культури і спорту, генерувати та порівнювати альтернативи, оцінювати ризики та ресурсні потреби.

**ПРН4.** Зрозуміло і недвозначно доносити власні знання, висновки та аргументацію з питань фізичної культури та спорту до фахівців і нефахівців, зокрема до осіб, які навчаються.

**ПРН6.** Відшуковувати необхідну інформацію у науковій літературі, базах даних, інших джерелах, аналізувати та оцінювати її.

**ПРН7.** Застосовувати сучасні цифрові технології та спеціалізоване програмне забезпечення, методи статистичного аналізу даних для розв'язання складних задач фізичної культури і спорту.

**ПРН8.** Організовувати ефективну роботу колективу, спрямовану на досягнення визначених цілей з урахуванням економічних, правових та етичних аспектів.

**ПРН9.** Розробляти та реалізовувати наукові і прикладні проєкти, спрямовані на розв'язання проблем інноваційного характеру у сфері фізичної культури і спорту, а також дотичні до неї міждисциплінарні проєкти.

**ПРН11.** Здійснювати комплексний контроль фізичного стану та підготовленості спортсменів на основі аналізу психологічних, біомеханічних,

біологічних та медичних показників та приймати рішення у складних і невизначених умовах.

### **Зміст курсу:**

**Змістовий модуль 1. Теоретичні основи спортивного відбору та генетико-структурні особливості розвитку спортивного таланту.**

**Тема 1.** Вступ до предмету. Система спортивного відбору в різних країнах

**Тема 2 .** Структура та генетика розвитку спортивного таланту.

**Змістовий модуль2. Генетичні маркери спортивної обдарованості та методика організації спортивного відбору.**

**Тема 3.** Генетичні маркери у прогнозуванні схильності до спортивної обдарованості.

**Тема 4.** Організаційно-методичні основи спортивного відбору.

**Змістовий модуль 3. Оцінювання та діагностика загальних здібностей спортсменів.**

**Тема 5.** Метрологічне забезпечення спортивного відбору.

**Тема 6.** Діагностика розвитку загальних здібностей спортсменів.

**Змістовий модуль 4. Діагностика і розвиток спеціальних здібностей та морфофункціональних показників.**

**Тема 7.** Розвиток та діагностика спеціальних здібностей спортсменів

**Тема 8.** Розвиток та діагностика морфофункціональних показників спортсменів.

**Змістовий модуль 5. Особливості спортивного відбору в різних видах спорту.**

**Тема 9.** Спортивний відбір в ігрових видах спорту.

**Тема 10.** Спортивний відбір у складно-координаційних видах спорту.

**Змістовий модуль 6. Особливості спортивного відбору у силових видах спорту та єдиноборствах.**

**Тема 11.** Спортивний відбір у силові види спорту.

**Тема 12.** Відбір у спортивні єдиноборства

### **Методи навчання:**

Лекція, пояснення, розповідь, бесіда, інструктування, вправа тощо. Крім цього, для забезпечення якості формування вмінь та навичок, необхідних майбутньому вчителю та тренеру, використовується ділова гра, в процесі якої студенти виконують роль вчителя та тренера при проведенні занять. Проведення семінарських занять передбачає більшу частку самостійного роботи студентів, яка складається із самопідготовки до занять; самостійне виконання завдань, що здійснюється під постійним контролем викладача, груповий аналіз виконання. Це все сприяє більш якісному формуванню вмінь та навичок, необхідних майбутньому професіоналу. У процесі онлайн-навчання застосовуються сучасні інтерактивні підходи: скрайбінг, відеоаналіз інтерактивні платформи, онлайн-обговорення, кейс-метод, моделювання

ігрових ситуацій, цифрові тести та самоконтроль. Методи контролю і самоконтролю (метод усного контролю (метод письмового контролю, метод тестового контролю).

### **Політика курсу (особливості проведення навчальних занять):**

Особливості проведення навчальних занять: заняття організовуються у формі лекційних і практичних (семінарських) занять, під час яких застосовуються пояснення, демонстрація відеоматеріалів, обговорення, аналіз, діагностика, а також індивідуальна та групова робота. Заохочується активна участь здобувачів, висловлення власної думки та включення в обговорення.

Лекційні заняття спрямовані на формування теоретичних знань із методики викладання спортивних ігор, ознайомлення з основними поняттями, принципами та підходами до організації навчально-тренувального процесу. Використовуються відеоматеріали, скрайбінг та інші сучасні цифрові інструменти для кращого засвоєння матеріалу.

Практичні (семінарські) заняття передбачають закріплення теоретичних знань через аналіз, діагностику, виконання практичних завдань, моделювання фрагментів занять та обговорення.

Самостійна робота здобувачів є важливою складовою курсу та передбачає опрацювання навчальних матеріалів, перегляд відео, виконання завдань у системі Moodle, підготовку до занять.

Оцінювання результатів навчання здійснюється на основі поточного контролю, активності під час занять, виконання практичних завдань та тестування.

### **Політика дотримання академічної доброчесності**

Дотримання принципів академічної доброчесності є основою для успішного виконання практичних та самостійних завдань. Це означає, що студент має самостійно виконувати завдання, забезпечуючи унікальність тексту на рівні не менше 50%. Будь-які форми плагіату чи обману заборонені.

### **Політика використання штучного інтелекту**

Інструменти штучного інтелекту (ШІ), такі як ChatGPT, Grammarly, Claude, Gemini та інші подібні платформи, можуть бути використані здобувачами освіти для підтримки практичної та самостійної роботи. Це включає написання чернеток, перевірку граматики, генерацію ідей або обробку даних тощо. Використання має бути етичним і усвідомленим та не замінює особистий аналіз і висновки здобувача.

**Політика щодо дедалайнів та перескладання** Регулярне відвідування лекцій є важливим для успішного засвоєння матеріалу курсу. У разі пропуску лекційних занять, студент має можливість опрацювати матеріали в Moodle. Відпрацювання пропущених семінарських занять є обов'язковим, здійснюється у форматі очного або дистанційного (на платформі Zoom) спілкування викладача зі здобувачем (не пізніше, ніж через тиждень з моменту проведення заняття та згідно графіку консультацій) Графік зустрічей для складання пропущених семінарських занять обговорюється зі здобувачем та викладачем для узгодження часу. Виконанні завдання самостійної роботи мають бути підвантажені у Moodle до початку заняття з відповідної теми.

Роботи, які виконано не в повному обсязі або оформлено без дотримання вимог, повертаються здобувачеві на доопрацювання. Повторно здати роботу на перевірку необхідно не пізніше, ніж через тиждень.

**Політика допуску до складання заліку** Семестровий контроль з дисципліни здійснюється у формі заліку за результатами накопичених балів під час поточного оцінювання. Сума набраних балів оприлюднюється в журналі академічної групи в системі Moodle.

Мінімальна кількість балів для отримання заліку 50, які здобувач набирає за виконання поточних видів робіт (практичні та семінарські заняття).

**Політика щодо перезарахування результатів неформального/інформального навчання** Для студентів, які пройшли додаткові навчальні курси чи програми, можливе перезарахування результатів неформального та/або інформального навчання згідно з процедурою визначеною факультетом фізичної культури, спорту та здоров'я людини на основі п. 8.3. «Положення про організацію освітнього процесу в Бердянському державному педагогічному університеті» від 27.03.2025 року № 9/3.7.

**Політика щодо дистанційного навчання та безпеки** В умовах дистанційного навчання лекційні та семінарські заняття проводитимуться в онлайн режимі у визначений розкладом час. Самостійні завдання надсилаються на оцінювання через систему Moodle у визначений політикою курсу термін. Консультації здобувачів проводитимуться згідно визначеного вище графіку. За умови оповіщення про повітряну тривогу, здобувач має право вийти з пари за попередженням викладача. Пропущену пару необхідно опрацювати асинхронно.

**Технічне й програмне забезпечення/обладнання, наочність:** *технічне* (ноутбук); *програмне* (Microsoft Office: Power Point, Word, Moodle, репозитарій); *наочність* (презентації у форматі Power Point, Canva).

#### Система оцінювання та вимоги:

### 9. Розподіл балів, які отримують студенти (залік) 1 семестр

Поточне тестування та самостійна робота												Середнє арифметичне за поточну роботу (максимально 50 балів)	залік	сума
ЗМ №1		ЗМ №2		ЗМ №3		ЗМ №4		ЗМ №5		ЗМ №6			50	100
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9	T10	T11	T12			
25		25		25		25		25		25				

T1, T2 ... T12 – теми змістових модулів.

Поточний контроль здійснюється за результатами усіх виконаних завдань, передбачених планами семінарських, самостійних, індивідуальних

робіт тощо. Нарахування рейтингових балів здійснюється відповідно до критеріїв оцінювання (не пізніше ніж за тиждень після проведення семінарського заняття), систематизованих для кожного з видів робіт та представлено на електронній навчальній платформі Moodle БДПУ. За результатами поточного контролю здобувач може отримати максимально 50 балів.

### Підсумковий контроль

Допуск до підсумкового контролю здійснюється якщо здобувач вищої освіти набрав прохідний бал (35 балів). Підсумковий контроль проводиться у формі усного екзамену за переліком контрольних питань або тестовій формі (на вибір здобувача). За підсумками навчання за один семестр здобувач вищої освіти може отримати 100 балів (50 балів<sup>2</sup> – поточне оцінювання + 50 балів – контрольне оцінювання (екзамен)).

Підсумкова кількість балів визначається за формулою:

$$m = \frac{3K_1 + 3K_2 + 3K_3 + 3K_4}{n} + 50 = 100$$

де  $m$  – кількість набраних балів за вивчений курс;

$n$  – кількість залікових кредитів;

50 балів – екзамен або залік.

Загальна кількість балів за вивчений курс обчислюється таким чином: підраховується кількість балів, набраних під час поточного контролю за всіма заліковими кредитами, та ділиться на загальну кількість кредитів (визначається середній арифметичний бал). Потім до отриманого показника додаються бали, набрані під час екзамену.

Оцінка за університетською шкалою	Оцінка за шкалою ЄКТС
90-100	A
78-89	B
65-77	C
58-64	D
50-57	E
35-49	FX (з можливістю повторного складання)
1-34	F (з обов'язковим повторним вивченням ОК)

### Критерії оцінювання:

«А», 90 - 100 балів – здобувач вищої освіти виявляє особливі творчі здібності, вміє самостійно здобувати знання, без допомоги викладача знаходить та опрацьовує необхідну інформацію, вміє використовувати набуті компетентності для прийняття рішень у нестандартних ситуаціях,

переконливо аргументує відповіді, самостійно розкриває власні обдарування і нахили;

«В», 78 - 89 балів - здобувач вищої освіти вільно володіє вивченим обсягом матеріалу, застосовує його на практиці, вільно розв'язує вправи і задачі у стандартних ситуаціях, самостійно виправляє допущені помилки, кількість яких незначна;

«С», 65 - 77 балів – здобувач вищої освіти вміє зіставляти, узагальнювати, систематизувати інформацію під керівництвом викладача; в цілому самостійно застосовувати її на практиці; контролювати власну діяльність; виправляти помилки, серед яких є суттєві, добирати аргументи для підтвердження думок;

«D», 58 - 64 бали – здобувач вищої освіти відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння основних положень; з допомогою викладача може аналізувати навчальний матеріал, виправляти помилки, серед яких є значна кількість суттєвих;

«E», 50 - 57 бали – здобувач вищої освіти володіє навчальним матеріалом на рівні, вищому за початковий, значну частину його відтворює на репродуктивному рівні (обсяг набутих компетентностей здобувача відповідає мінімальним критеріям); -

«FX», 35 - 49 балів – здобувач вищої освіти володіє матеріалом на рівні окремих фрагментів, що становлять незначну частину навчального матеріалу (до 20 %);

«незадовільно/F», 1 - 34 бали – здобувач вищої освіти володіє матеріалом на рівні елементарного розпізнання і відтворення окремих фактів, елементів, об'єктів і потребує повторного вивчення курсу навчальної дисципліни.

### **Список рекомендованих джерел**

#### **Основні :**

1. Безмилов М. М. Особливості організації та критерії відбору спортсменів в ігрових видах спорту на етапі підготовки до досягнення вищої спортивної майстерності. Збірник тез доповідей XI Міжнародної конференції молодих вчених «Молодь та олімпійський рух», 10-12 квітня 2018 року [Електронний ресурс]. Київ, 2018. С. 112–113.

2. Безмилов М., Шинкарук О., Чжигон Ш. Особливості відбору баскетболістів на етапі спеціалізованої базової підготовки. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. 2020. № 2(50). С. 93–102.

3. Платонов В.М. Сучасна система спортивного тренування : підручник. Київ : Перша друкарня, 2021. 672 с

4. Сергієнко Л. П. Спортивний відбір: теорія та практика у 2 кн. Кн. 2. Відбір у різні види спорту: Підручник. Тернопіль: Навчальна книга. Богдан, 2010. 784 с.

5. Улан А. М., Драгунов Л. О., Єременко О. А. Орієнтація спортивної підготовки у процесі відбору та багаторічного вдосконалення спортсменів. Фізичне виховання і спорт. Запоріжжя : Видавничий дім «Гельветика», 2025. № 3. С. 253-259.

6. Kropyvnytska T., Imas Y., Borysova O., Krasnianskiy K., Matveev S. et al. Specifics of Organization of International Complex Competitions in Non-Olympic Sports. Sport Mont. 2021. № 19 (S2). P. 113–118.

#### **Додаткові:**

1. Теорія і методика дитячо-юнацького спорту: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. О. А. Шинкарук, С. О. Павлюк, Є. М. Свіргунець. В. В. Флерчук. Хмельницький: ХНУ, 2011. 144 с.

2. Шинкарук О. А. Теорія і методика підготовки спортсменів: управління, контроль, відбір, моделювання та прогнозування в олімпійському спорті: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закладів; МОНУ, НУФВСУ. Київ: НВП Поліграфсервіс, 2013. 136 с.

#### **Інтернет ресурси**

1. Навчально-методичний комплекс знаходиться в електронному вигляді на платформі MOODLE кафедри фізичної культури, спорту та методики викладання Бердянського державного педагогічного університету: <https://bdpu.org.ua>

2. Міністерство освіти і науки України <http://www.mon.gov.ua/index.php/ua/>

3. Навчальні програми з видів спорту для сфери фізичної культури і спорту <https://mms.gov.ua/sport/dityacho-yunackij-ta-rezervnij-sport/navchalni-programi-dlya-zakladiv-fizichnoyi-kulturi-i-sportu-z-vidiv-sportu>

4.