

Силабус курсу

Актуальні проблеми у сфері фізичної культури і спорту

Ступінь вищої освіти – магістр

Галузь знань – А Освіта

Спеціальність А 7 Фізична культура і спорт

Освітньо-професійна програма «Фізична культура і спорт»

Рік навчання: 1, Семестр: 1

Кількість кредитів: 5 Мова викладання: українська

Керівник курсу

ПІП

проф. Циквас Роман Станіславович

Контактна інформація tsykvas@ukr.net, +380673522628

Опис дисципліни

Дисципліна “Актуальні проблеми у сфері фізичної культури і спорту” спрямована на формування у студентів цілісної системи фундаментальних та прикладних знань, умінь і навичок про засоби, методи і принципи вирішення актуальних проблем у сфері фізичної культури і спорту. Розділи даної дисципліни спрямовані на ознайомлення студентів з проблемами відбору спортсменів у збірні команди, оволодіння навичками підбору профілактичних заходів подолання проблем підготовки спортсменів; оволодіння системою засобів, методів та принципів профілактики та вирішення актуальних проблем в обраному виді спорту та соціальному житті.

Структура курсу

Години Лекції	Години Практичні	Тема	Результати навчання	Завдання
2	6	Загальна характеристика навчальної дисципліни.	Знати зміст робочої програми, силабуса, анотації; знати вимоги до написання модульних робіт, знати контрольні питання для іспиту, літературні джерела; знати критерії оцінювання дисципліни;	Тести, опитування

			знати тематику самостійної роботи та тренінгу.	
2		Сучасні виклики галузі фізичної культури і спорту. Проблеми низького рівня фізичної активності населення.	знати фактори впливу на рівень фізичної активності населення; знати особливості фізичного виховання, спортивної підготовки в умовах війни; знати особливості адаптивної спортивної підготовки людей з особливими потребами для їхньої фізичної та психологічної адаптації та соціалізації у зв'язку із збільшенням цього контингенту в умовах війни.	Тести, опитування
4		Спортсмен у спорті та соціальному житті.	Знати про місце спортсмена в олімпійському спорті; Знати та вміти порівнювати завдання спортсменів в олімпійському, аматорському та професійному спорті; знати про соціалізацію спортсмена та проблема виходу зі спорту.	Тести, опитування
2		Специфічні проблеми спортивного життя.	Знати основні засади спортивного життя; знати сучасні спортивні напрями; знати проблеми спортивного життя та шляхи їх вирішення; знати особливості актуальних проблем в обраному виді спорту.	Тести, опитування
2		Профілактичні заходи щодо проблем спортивного життя.	Знати про особливості профілактики як основний напрям; знати шляхи запобігання виникнення проблем спортивного життя; знати категорії проблем, проблемне поле спортсмена; знати комплексну модель подолання проблем; знати особливості системного підходу до вирішення проблем спортивного життя.	Дидактичні тести, опитування
2	6	Сучасний професійний спорт: виклики та актуальні проблеми.	знати про сучасні виклики і актуальні проблеми розвитку професійного спорту; здійснювати аналіз ретроспектив розвитку у професійного спорту.; знати періодизацію розвитку сучасного професійного спорту та загальну характеристику етапів; знати спортивна еліту.	Тести, опитування
2		Актуальні проблеми спортивного відбору, орієнтації та селекції.	Аналізувати поняття “спортивна обдарованість”; знати чинники, що обумовлюють спортивну обдарованість; знати мету, завдання та зміст спортивної орієнтації та селекції;	Дидактичні тести, опитування

			знати критерії відбору; знати завдання та зміст відбору на різних етапах багаторічної підготовки; знати педагогічні критерії визначення рухової обдарованості спортсменів; знати біологічні (генетичні) критерії визначення рухової обдарованості спортсменів; знати таблиці оцінки загальних та спеціальних здібностей при спортивному відборі.	
4		Актуальні проблеми підготовки спортсменів в тренувальний період	Знати особливості різних періодів підготовки спортсменів; знати актуальні проблеми підготовки спортсменів в тренувальний період.	Тести, опитування
4		Актуальні проблеми підготовки спортсменів в змагальний період.	Знати про особливості змагального періоду як вершину досягнень спортсмена; знати сучасні вимоги до змагань; знати сучасні вимоги в олімпійському спорті; знати проблеми підготовки спортсменів в змагальний період та шляхи їх вирішення.	Тести, опитування
2		Проблеми відновлення спортсменів.	Знати засоби і умови відновлення працездатності; знати особливості харчування спортсменів; знати особливості загартування організму; знати режим дня та особисту гігієну спортсмена; знати про вплив негативних звичок на піготовленість спортсменів.	Дидактичні тести, опитування
2		Проблеми використання допінгу у спорті.	Знати проблеми допінгу в спорті; знати основні списки заборонених речовин; знати особливості фармакологічної підтримки спортсменів; знати види сучасних покарань в разі застосування спортсменом заборонених речовин; знати історію виникнення допінгу та організацій для боротьби з допінгом; знати недопінгові засоби, які підвищують працездатність спортсменів; знати спортивні допінги та кров'яний допінг; знати основні анаболічні засоби та застереження, щодо їх використання.	Дидактичні тести, опитування
2	2	Становлення жіночого спорту і	Знати етапи становлення жіночого спорту; знати про особливості включення жінок до олімпійського руху;	Тести, опитування

		включення жінок до олімпійського руху.	знати завдання жіночого спорту; знати особливості участі жінок в олімпійському русі; знати історію формування жіночої програми Олімпійських ігор; знати видатних жінок-спортсменок українок – чемпіонок Олімпійських Ігор.	
2		Сучасна політика МОК та МСФ в області жіночого спорту.	Знати позиції МОК та МСФ щодо розвитку жіночого спорту в світі; знати комплексні системні підходи до розгляду жіночого спорту; знати актуальні проблеми підготовки спортсменок-жінок.	Тести, питання

Літературні джерела

1. Актуальні проблеми фізичної культури, спорту та фізичної реабілітації на сучасному етапі розвитку держави : матеріали Міжнародної науково-практичної конференції, 17-18 листопада 2022 р., м. Київ. – Львів – Торунь : Liha-Pres, 2022. 40 с.
2. Актуальні проблеми і перспективи розвитку фізичного виховання, спорту і туризму: колективна монографія / за заг. ред. Н. Є. Панегелової. Переяслав (Київ. обл.) : Домбровська Я. М., 2020.436 с.
3. Актуальні проблеми фізичного виховання, спорту, фізичної реабілітації та туризму у сучасних умовах життя: Матеріали VI міжнародної науково-практичної конференції, м. Запоріжжя, 18–19 квітня 2024 р. Львів – Торунь : Liha-Pres, 2024. 460 с.
4. Актуальні проблеми фізичної культури, спорту і здоров'я : матеріали міжн. наук. інтернет-конф. (Черкаси, 25-26 травня 2023 р.) / Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького. Черкаси, 2023. 173 с.
5. Актуальні проблеми сучасної підготовки спортсменів. Матеріали I круглого столу 25 червня 2024 р. Тернопіль. ЗУНУ. 2024. 64 с.
6. Актуальні проблеми сучасної підготовки спортсменів. Матеріали II круглого столу 06 травня 2025 р. Тернопіль. ЗУНУ. 2025. 116 с.
7. Андріянова В.А. Актуальні проблеми у ФВіС: методичні вказівки для студентів спеціальності 017 "Фізична культура і спорт" освітнього рівня магістр. Київ: КНУБА, Талком, 2023. 26 с.
8. Добринський В., Мудрик Ж., Савчук С., Валькевич О., Захожа Н. Комплексний контроль фізичного стану, навчально-тренувальної та змагальної діяльності спортсменів : метод. реком. Луцьк : Вежа-Друк, 2021.112 с.
9. Долинний Ю. О. Олімпійський і професійний спорт: курс лекцій для викладачів і студентів вищих навчальних закладів / Краматорськ : ДДМА, 2020. 111 с
10. Кутек Т.Б., Вовченко І.І. Основи теорії і методики спортивної підготовки: навчальний посібник. Житомир: ЖДУ імені Івана Франка, 2022. 108 с.
11. Костюкевич В.М. Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних ігрових видів спорту): Навчальний посібник. 2-ге вид. перероб. та доп. / Київ: КНТ, 2018. 616 с.
12. Кошура А.В. Теорія і методика спортивних тренувань : навч. посіб. Чернівці : Чернівець. нац. ун-тім. Ю.Федьковича, 2021.120 с.

13. Маляр Е.І., Маляр Н.С. Методика розвитку рухових якостей юних спортсменів: Методичні рекомендації / Тернопіль, ЗУНУ: Економічна думка, 2023. 28 с.
14. Маляр Е.І., Маляр Н.С. Теорія і методика дитячо-юнацького спорту: Методичні рекомендації / Тернопіль, ЗУНУ: Економічна думка, 2023. 32 с.
15. Маляр Е.І., Маляр Н.С. Олімпійський та професійний спорт: Методичні рекомендації / Тернопіль, ЗУНУ: Економічна думка, 2023. 48 с.
16. Маляр Е.І., Маляр Н.С. Моделювання та прогнозування у системі підготовки спортсменів: Методичні рекомендації / Тернопіль, ЗУНУ: Економічна думка, 2023. 48 с.
17. Маляр Е.І., Маляр Н.С. Професійна майстерність тренера: Методичні рекомендації / Тернопіль, ЗУНУ: Економічна думка, 2023. 36 с.
18. Маляр Е.І., Маляр Н.С. Теорія і методика спортивного тренування: Методичні рекомендації / Тернопіль, ТНЕУ: Економічна думка, 2020. 55 с.
19. Маляр Е.І., Маляр Н.С. Основи спортивної підготовки: навч. посібник, 2-ге вид. перероб. та доп. Тернопіль, ЗУНУ, 2024. 162 с.
20. Маляр Е.І., Маляр Н.С., Безпалова Н.М. Особливості підготовки спортсменів високого класу в ігрових видах спорту / *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наукових праць*. Київ : Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова, 2025. Випуск 1 (186) 25. С. 87-90.
21. Маляр Е.І., Маляр Н.С. Основи організації та управління у сфері фізичної культури і спорту: Методичні рекомендації / Тернопіль, ЗУНУ: Економічна думка, 2024. 24 с.
22. Маляр Е.І., Маляр Н.С. Теоретико-методичні засади спортивної підготовки : Методичні рекомендації / Тернопіль, ЗУНУ: Економічна думка, 2024. 43 с.
23. Маляр Е.І., Маляр Н.С. Нормативно-правове регулювання студентського спорту в Україні: Методичні рекомендації / Тернопіль, ЗУНУ: Економічна думка, 2024. 20 с.
24. Маляр Е.І., Маляр Н.С. Організаційне забезпечення сфери фізичної культури і спорту: Методичні рекомендації / Тернопіль, ЗУНУ, 2024. 14 с.
25. Маляр Е.І., Маляр Н.С., Безпалова Н.М., Верцімага А.В., Чорненький А.І., Яковів В.І., Сапрун С.Т. Економічні, правові та етичні аспекти в процес розробки спортивних проєктів / *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури(фізична культура і спорт): зб. наукових праць* / Київ : Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова, 2025. Випуск 2 (187). С. 123-127.
26. Маляр Е.І., Маляр Н.С., Безпалова Н.М., Верцімага А.В., Чорненький А.І., Яковів В.І., Сапрун С.Т. Гігієнічне забезпечення тренувальної та змагальної діяльності спортсменів а адаптивному спорті / *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наукових праць*. Київ : Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова, 2025. Випуск 3 (189). С. 115-118.
27. Маляр, Е.І., Маляр, Н.С., Циквас, Р.С., Чорненький, А.І. (2025). Особливості процесу управління спортсменами високого класу. *Педагогічна Академія: наукові записки*, (21).
28. Маляр Е.І., Маляр Н.С. Актуальні проблеми використання допінгу під час олімпійської підготовки спортсменів. Матеріали круглого столу 25 червня 2024 р. Тернопіль. ЗУНУ. 2024. С. 41-42.
29. Маляр Е.І. , Маляр Н.С. Етичні аспекти олімпійського спорту в умовах війни / Трансформаційні процеси соціально-гуманітарної освіти сучасної України в умовах війни:

- виклики, проблеми та перспективи : матеріали II Міжнародної науково-практичної конференції (м. Тернопіль, 20-22 червня 2024 року). Тернопіль : ЗУНУ, 2024. С. 81-83.
30. Маляр Н.С., Маляр Е.І. Сутність сучасного спортивного менеджменту в умовах воєнного часу / Трансформаційні процеси соціально-гуманітарної освіти сучасної України в умовах війни: виклики, проблеми та перспективи : матеріали II Міжнародної науково-практичної конференції (м. Тернопіль, 20-22 червня 2024 року). Тернопіль : ЗУНУ, 2024. С. 139-141.
31. Маляр Н.С., Маляр Е.І. Матеріально-технічне та гігієнічне забезпечення місць навчально-тренувальних та оздоровчих фітнес занять для запобігання травм. Матеріали круглого столу 25 червня 2024 р. Тернопіль. ЗУНУ. 2024. С. 45-46.
32. Маляр Е.І., Маляр Н.С. Негативні фактори, які впливають на реалізацію миротворчої функції олімпійського спорту / Олімпійський рух на теренах України - минуле та сьогодення: Матеріали всеукраїнської наукової конференції. За заг.ред. Огнистого, А.В., Огниста К.М. Тернопіль: В-во ТНПУ ім. В. Гнатюка, 2024. С. 151-155.
33. Маляр Е.І., Маляр Н.С.. Мотивація та контроль відновлення у тренувальному процесі. Матеріали II круглого столу 05 травня 2025 р. Тернопіль. ЗУНУ. 2025. С. 53-55.
34. Маляр Е.І., Маляр Н.С.. Мотиваційний аспект і психологічний контроль у процесі відновлення спортсмена. Матеріали II круглого столу 05 травня 2025 р. Тернопіль. ЗУНУ. 2025. С. 55-57.
35. Маляр Е.І., Маляр Н.С., Циквас Р.С. Професійна майстерність тренера в частині взаємовідносин тренера-спортсмен під час змагань / Соціально-гуманітарний вісник: зб. наук. пр. Вип. 57. Харків: СГ НТМ «Новий курс», 2025. С. 18-19.
36. Наказ Міністерства освіти і науки України від 15.02.2021 р. №193 “Рекомендації щодо стратегічного розвитку фізичного виховання та спорту серед студентської молоді на період до 2025 року”
37. Наказ Міністерства освіти і науки України від 15.02.2021 р. №193 “Рекомендації щодо стратегічного розвитку фізичного виховання та спорту серед студентської молоді на період до 2025 року” 3. Постанова Кабінету Міністрів України “Про затвердження Стратегії розвитку фізичної культури і спорту на період до 2028 року” від 04.11.2020 р. № 1089
38. Постанова Кабінету Міністрів України “Про затвердження Стратегії розвитку фізичної культури і спорту на період до 2028 року” від 04.11.2020 р. № 1089
39. Сергієнко В. М. Фізкультурно-спортивна діяльність тренера з виду спорту : навчальний посібник / Суми : Сумський державний університет, 2022. 184 с.
40. Стратегія розвитку фізичного виховання та спорту серед студентської молоді на період до 2025 року (Проект) [Електронний ресурс]. – Режим доступ : <https://mon.gov.ua/storage/app/media/gromadskeobgovorennya/2019/07/17/strategiya-rozvitku-fizichnogovikhovannya-ta-sportu-sered-studentskoi-molodi-na-period-do2025-rokuk.pdf>.
41. Сучасні проблеми фізичного виховання, спорту та здоров'я людини : матеріали VII інтернет-конференції. м. Одеса, 17-18 жовтня 2023 р. Одеса. : видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2023. 192 с.
42. Теоретико-методичні основи управління процесом підготовки спортсменів різної кваліфікації: колективна монографія /за заг. ред. В. М. Костюкевича. Вінниця : Планер, 2018. 418 с.
43. Тодорова В.Г. Основи теорії і методики спортивного тренування : навчальний посібник. Одеса : Університет Ушинського, 2023. 206 с
44. Тодорова В.Г. Задорожна О., Пітин М., Пасічна Т. Тенденції змін у правилах змагань у сучасних олімпійських спортивних єдиноборствах. Фізична культура, спорт та здоров'я

нації : зб. наук. пр. Вип. 9(28). Вінниця : Планер, 2020. С. 184–189.

45. Указ президента № 722/2029 «Про Цілі сталого розвитку України на період до 2030 року»
46. Циквас Р.С., Маляр Е.І. Методичні рекомендації з вивчення курсу «Актуальні проблеми у сфері фізичної культури і спорту» для студентів денної та заочної форм навчання другого (магістерського) рівня вищої освіти спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». Тернопіль: ЗУНУ, 2023. 30 с.
47. Циквас Р.С. Навчально-методичні матеріали з дисципліни «Актуальні проблеми у сфері фізичної культури і спорту» для студентів денної та заочної форм навчання другого (магістерського) рівня вищої освіти спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». Тернопіль: ЗУНУ, 2023. 22 с.
48. Циквас Р.С. Навчально-методичні вказівки для самостійної роботи з дисципліни «Актуальні проблеми у сфері фізичної культури і спорту» для студентів денної та заочної форм навчання другого (магістерського) рівня вищої освіти спеціальності 017 «Фізична культура і спорт». Тернопіль: ЗУНУ, 2023. 24 с.
49. Циквас Р.С., Маляр Е.І., Маляр Н.С. Актуальні проблеми використання допінгу у спорті: Методичні рекомендації / Тернопіль, ЗУНУ: Економічна думка, 2024. 18 с.
50. Циквас Р.С., Маляр Е.І., Маляр Н.С. Особливості соціальної адаптації у постспортивному житті атлетів: Методичні рекомендації / Тернопіль, ЗУНУ: Економічна думка, 2024. 30 с.
51. Циквас Р.С., Маляр Е.І., Маляр Н.С. Специфіка соціальної адаптації спортсменів після завершення спортивної кар'єри: Методичні рекомендації / Тернопіль, ЗУНУ: Економічна думка, 2024. 31 с.
52. Черненко, С. О. Теорія й методика фізичного виховання : навчальний посібник : у 2 частинах / Краматорськ : ДДМА, 2021. Частина 1. 215 с.
53. O. Azhyppo, V. Pavlenko, V. Mulyk, K. Mulyk, L. Karpets, T. Grynova, M. Sannikova / Direction of teaching the subject of physical education by taking into account opportunities of institution of higher education and interests of student youth / Journal of Physical Education and Sport (JPES), 18(1), Art 29, 2018 pp. 222 – 229.
54. Gach, R., Tsykvas, R., Maliar, E., Kornienko, S., Khomulenکو, S. (2025). Neuroscientific Perspectives on Emotional Intelligence and Self-Regulation in Individual Sports. *BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience*, 16(1). 324-332.
55. Lloyd R.S. Strength and conditioning for young athletes: science and application / London, New-York: Routledge, 2021. 232 p.
56. Khatsaiuk, O., Medvid, M., Maksymchuk, B., Kurok, O., Dziuba, P., Maliar, E., Maliar, N. / [Preparing Future Officers for Performing Assigned Tasks through Special Physical Training/](#) Revista Romaneasca pentru Educatie, (2021), Multidimensională, 13 (2), 457-475.
57. Redchuk, R., Doroshenko, T., Havryliuk, N., Medynskii, S., Soichuk, R., Petrenko, O., Pavelkiv, R., Rybalko, P., Maliar, E., Maliar, N., Chornodon, M., Boretskyi, V. / Developing the Competency of Future Physical Education Specialists in Professional Interaction in the Field of Social Communications. Revista Romaneasca pentru Educatie (2021), Multidimensională, 12 (4), 289-309.

Політика оцінювання

Політика щодо дедлайнів і перескладання. Для виконання індивідуальних завдань і проведення контрольних заходів встановлюються конкретні терміни. Перескладання модулів відбувається з дозволу дирекції факультету за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний).

Політика щодо академічної доброчесності. Використання друкованих і електронних джерел інформації під час контрольних заходів та екзаменів заборонено.

Політика щодо відвідування. За об'єктивних причин (наприклад, карантин, воєнний стан, хвороба, закордонне стажування) навчання може відбуватись в он-лайн формі за погодженням із керівником курсу з дозволу дирекції факультету.

Критерії рейтингового оцінювання

Модуль 1		Модуль 2	Модуль 3	Модуль 4
20 %	20 %	5 %	15 %	40 %
Поточне оцінювання	Модульний контроль	Тренінги	Самостійна робота	Екзамен
Визначається як середнє арифметичне з оцінок отриманих під час занять	10 тестів по 2 бали за кожную правильну відповідь; одне теоретичне питання - 30 балів; одне практичне завдання – 50 балів	Оцінюється за виконання завдань тренінгу у вигляді презентації або есе	Оцінюється у вигляді написання реферату за запропонованою тематикою	Оцінюється відповідь на 4 питання в білеті (по 25 балів)

Шкала оцінювання студентів:

ECTS	Бали	Зміст
A	90-100	відмінно
B	85-89	добре
C	75-84	добре
D	65-74	задовільно
E	60-64	достатньо
FX	35-59	незадовільно з можливістю повторного складання
F	1-34	незадовільно з обов'язковим повторним курсом

