

**СУМСЬКИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені А. С. МАКАРЕНКА**

НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

КАФЕДРА ТЕОРІЇ ТА МЕТОДИКИ СПОРТУ



ЗАТВЕРДЖУЮ

Ректор

« 25 »

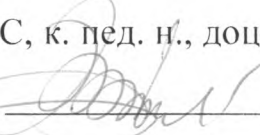
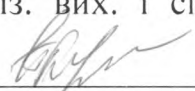
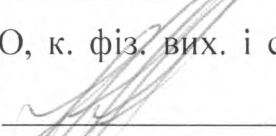
Вересня

**Ю.О. Лянной
2025 р.**

**ПРОГРАМА
ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ
за спеціальністю А7 Фізична культура і спорт
Тренер-викладач з обраного виду спорту
(Вища категорія)**

Суми – 2025

Розробники:

1. Діана БЕРМУДЕС, к. пед. н., доцент, завідувачка кафедри теорії та методики спорту ННІФК 
2. Ніна КУЛИК, к. фіз. вих. і спорту, доцент кафедри теорії та методики спорту ННІФК 
3. Людмила МАКСИМЕНКО, к. фіз. вих. і спорту, доцент кафедри теорії та методики спорту ННІФК 
4. Калиниченко І. О., д. мед. н., професор кафедри туризму та медико-біологічного супроводу ННІФК _____

Програма розглянута і схвалена на засіданні кафедри теорії та методики спорту Навчально-наукового інституту фізичної культури

Протокол №2 від «25» вересня 2025 р.

Завідувачка кафедри ТМС

Діана БЕРМУДЕС, к.пед.н., доцент



1. Мета і напрями підвищення кваліфікації

Програма підвищення кваліфікації тренерів в обраному виді спорту за спеціальністю А7 Фізична культура і спорт розроблена на основі постанови Кабінету Міністрів України про «Порядок підвищення кваліфікації педагогічних і науково-педагогічних працівників» від 21 серпня 2019 р. № 800 з метою професійного розвитку тренерів відповідно до державної політики в галузі А Освіта.

Метою підвищення кваліфікації тренерів в обраному виді спорту за спеціальністю А7 Фізична культура і спорт є їх професійний розвиток відповідно до державної політики у галузі освіти та забезпечення якості освіти.

Відповідно до означеної постанови Кабінету Міністрів України, основними напрямками підвищення кваліфікації є:

- розвиток професійних компетентностей (знання навчально-тренувального процесу, фахових методик, технологій);
- формування у тренерів фахових компетентностей (знань, вмінь, навичок);
- розуміння психолого-фізіологічних особливостей вихованців певного віку, основ андрагогіки;
- створення безпечного та інклюзивного освітнього середовища, особливості (специфіка) інклюзивного навчання, забезпечення додаткової підтримки в освітньому процесі дітей з особливими освітніми потребами;
- використання інформаційно-комунікативних та цифрових технологій в навчально-тренувальному процесі;
- формування мовленнєвої, цифрової, комунікаційної, інклюзивної, емоційно-етична компетентності;
- формування професійних компетентностей галузевого спрямування, опанування новітніми виробничими технологіями, ознайомлення із сучасним устаткуванням, обладнанням, технікою, станом і тенденціями розвитку галузі.

Програма підвищення кваліфікації тренерів в обраному виді спорту за спеціальністю А7 Фізична культура і спорт визначає перелік тем і обсяг навчального матеріалу, що необхідно засвоїти здобувачу курсів. Зміст програми розподілений відповідно розділам, що побудовані логічно та послідовно.

Підвищення кваліфікації тренерів в обраному виді спорту за спеціальністю А7 Фізична культура і спорт відбувається в межах курсів за такими формами навчання: аудиторною, змішаною (аудиторною/дистанційною) та самостійною (позааудиторною).

Загалом програма курсів підвищення кваліфікації тренерів в обраному виді спорту за спеціальністю А7 Фізична культура і спорт передбачає обсяг 2,5 кредити Європейської кредитно-трансферної системи (ЄКТС), з урахуванням всіх форм навчання

Аудиторна форма навчання включає настановну та залікову частини, які проходять в Сумському державному педагогічному університеті імені А.С.Макаренка. Обсяг аудиторного навчання становить 36 години для тренерів вищої категорій.

Самостійна форма навчання становить 39 годин для тренерів вищої категорій. Під час самостійної роботи слухачі працюють над виконанням залікових завдань вимог.

Опанування знаннями і навичками в результаті підвищення кваліфікації за програмою дає змогу фахівцю розвивати необхідні професійні компетентності, а саме:

- здатність до критичного осмислення проблем у сфері фізичної культури і спорту, оригінального мислення та проведення досліджень;
- здатність розробляти та реалізовувати інноваційні проєкти у сфері фізичної культури і спорту;
- здатність управляти робочими процесами у сфері фізичної культури та спорту, які є складними, непередбачуваними та потребують нових стратегічних підходів;

- 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;
- здатність до самоосвіти, самовдосконалення та саморефлексії для успішної професіоналізації у сфері фізичної культури і спорту;
- здатність планувати, організовувати та здійснювати самостійні наукові дослідження з проблем фізичної культури і спорту;
- здатність впроваджувати у практичну діяльність результати наукових досліджень, спрямованих на вирішення прикладних завдань у сфері фізичної культури і спорту;
- усвідомлювати принципи професійної етики і необхідність їх дотримання;
- здатність вільно оперувати теорією та методикою спортивної підготовки, проводити навчально-тренувальні заняття, організовувати та керувати змагальною діяльністю спортсменів.
- здатність розробляти тренувальні програми і плани спортивної підготовки занять в процесі професійної діяльності дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких спортивних шкіл і ліцеїв спортивного профілю та інших закладів фізичної культури і спорту.

2. Результати підвищення кваліфікації

Результатом підвищення кваліфікації спеціальності А7 Фізична культура і спорт за кредитною системою організації навчального процесу є:

1. Доповідь за темою реферату (Вимоги до змісту і оформлення реферату. Додаток А).
2. Виконання тестових завдань.
3. Написання тез доповідей (Вимоги до написання тез доповідей. Додаток Б).
4. Обговорення проблематики підготовки спортсменів в олімпійських і неолімпійських видах спорту. Круглий стіл.

3. Структура і обсяг програми підвищення кваліфікації

№ пор.	РОЗДІЛ/ТЕМА	Кількість годин (аудиторні)	Кількість годин (сам-ні)	Усього годин
РОЗДІЛ І ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ СПОРТИВНОЇ ПІДГОТОВКИ				
1	ТЕМА 1. Теорія та методика спортивної підготовки	6	6	8
2	ТЕМА 2. Організація спортивного відбору, прогнозування і моделювання у спорті	4	4	6
3	ТЕМА 3. Інноваційні технології у практиці фізичного виховання та спорту	4	4	8
4	ТЕМА 4. Менеджмент у сфері фізичної культури і спорту	2	4	4
5	ТЕМА 5. Адаптивний спорт	4	4	4
Усього		20	16	30
РОЗДІЛ ІІ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ОСНОВИ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ				
6	ТЕМА 1. Основи педагогічної майстерності тренера	8	6	12
7	ТЕМА 2. Психологічна підготовка спортсменів	8	6	14
Усього		16	12	26
РОЗДІЛ ІІІ МЕДИКО-БІОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ				
8	ТЕМА 1. Анатомо-фізіологічні основи діяльності організму спортсменів	6	5	12
9	ТЕМА 2. Основи раціонального харчування	4	6	7
Усього		10	11	19
Усього		36	39	75

4. Зміст програми підвищення кваліфікації

РОЗДІЛ І ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ СПОРТИВНОЇ ПІДГОТОВКИ

ТЕМА 1. ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА СПОРТИВНОЇ ПІДГОТОВКИ

Основні терміни і поняттям теорії фізичної культури і спорту: фізична культура, спорт, фізичне виховання, фізичний розвиток, спортивне тренування, фізична підготовка, фізична підготовленість, фізична реабілітація, фізична рекреація. Засоби фізичного виховання. Сутність фізичних вправ. Зміст і форма фізичних вправ. Засоби та методи спортивного тренування: практичне застосування (на прикладі обраного виду спорту). Техніка фізичних вправ. Види техніки. Основа техніки, деталі техніки. Фази техніки фізичних вправ. Основні показники техніки фізичних вправ. Методи навчання у фізичному вихованні. Взаємозв'язок методів навчання. Методичні принципи навчання та шляхи їх реалізації у процесі фізичного виховання. Методичні положення під час побудови багаторічної підготовки спортсменів. Основні принципи підготовки спортсмена. Інтеграція дидактичних принципів в навчально-тренувальному процесі підготовки спортсменів.

Навчання як процес формування рухової навички. Рухове уміння. Рухова навичка. Рухове уміння вищого порядку. Структура навчання рухової дії. Перший, другий, третій етапи структури навчання рухової дії та їх характеристика. Форми організації проведення тренувальних занять. Характеристика індивідуальної, групової, фронтальної та вільної форм занять.

Типи і організація занять (навчальні, тренувальні, навчально-тренувальні, відновлювальні, модельні, контрольні). Основи методики розвитку силових здібностей. Основи методики розвитку витривалості. Основи методики розвитку швидкості. Основи методики розвитку гнучкості. Основи методики розвитку координаційних здібностей. Основні етапи багаторічної підготовки спортсменів та дайте характеристику кожного з них. Основні принципи вдосконалення системи підготовки кваліфікованих спортсменів. Змагальна діяльність, її структура та основні функції. Основні типи спортивних змагань і класифікація. Характеристика етапів відбору спортсменів у процесі багаторічної підготовки. Побудова мікроциклів, мезоциклів і макроциклів у спорті. Новітні технології в системі спортивної підготовки спортсменів. Вплив комп'ютерних технологій в процесі контролю і корекції підготовки спортсменів. Основи планування річного тренувального процесу: мета, завдання, етапи. Особливості побудови тренувального процесу на різних етапах року. Основи управління в системі підготовки спортсменів (етапне, поточне, оперативне). Контроль тренувальних і змагальних навантажень: методика та значення. Сутність

планування та обліку у спортивному тренуванні: види планування. Педагогічний контроль: зміст, мета, напрями реалізації. Особливості побудови річної підготовки в обраному виді спорту: приклади та специфіка. Загальні основи побудови розминки, її структура та зміст (функціональні, рухові, емоційні завдання). Принципи побудови розминки: роль розминки у підготовці до навантажень. Втома та відновлення при навантаженнях різної величини та спрямованості. Основні методи відновлення після фізичних навантажень: активні, пасивні, комплексні. Моделювання змагальної діяльності та спортивної підготовленості в залежності від індивідуальних особливостей спортсменів

ТЕМА 2. ОРГАНІЗАЦІЯ СПОРТИВНОГО ВІДБОРУ, ПРОГНОЗУВАННЯ І МОДЕЛЮВАННЯ У СПОРТІ

Поняття «спортивний відбір», «спортивна орієнтація», «спортивна селекція», «комплектація команд». Характеристика критеріїв відбору. Критерії первісного відбору в залежності від специфіки виду спорту. Критерії відбору в залежності від специфіки виду спорту. Взаємозв'язок відбору та орієнтації з етапами багатолітньої підготовки. Характеристика проміжного відбору та орієнтації. Основи та критерії, які використовуються на проміжному відборі та її орієнтації. Характеристика основного відбору та орієнтації. Основи та критерії, які використовуються на основному відборі та її орієнтації. Характеристика заключного відбору та орієнтації. Основи та критерії, які використовуються на заключному відборі та її орієнтації. Моделювання в спорті (загальні положення). Моделювання підготовленості та змагальної діяльності в залежності від індивідуальних особливостей спортсменів. Поняття «прогнозування» в спорті. Метод прогнозування – екстраполяція. Види прогнозування в спорті: короткотермінове прогнозування; середньо термінове прогнозування; довготермінове прогнозування; понад довготермінове прогнозування.

ТЕМА 3. ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ У ПРАКТИЦІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА СПОРТУ

Сутність сучасного поняття «інновації». Сутність поняття «педагогічна інновація». Використання інновацій у вирішенні професійних завдань у сфері фізичної культури і спорту. Використання інноваційного обладнання для підвищення ефективності процесу фізичного виховання і занять спортом. Використання інноваційних засобів відновлення в процесі фізичного виховання і занять спортом. Застосування нового обладнання для підвищення ефективності процесу фізичного виховання і занять спортом. Застосування цифрових технологій у фізичному вихованні і спорті. Використання сучасних кардіотренажерів в процесі фізичного виховання і занять спортом.

ТЕМА 4. МЕНЕДЖМЕНТ У СФЕРІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ

Основні завдання менеджменту закладів фізичної культури і спорту. Визначення спортивного менеджменту, характеристика його сукупності. Особливості функціонування фізичної культури і спорту в ринкових умовах. Схема функціонування ринку фізкультурно-спортивних послуг. Характеристика понять «фізична культура і спорт», як галузь і об'єкт спортивного менеджменту. Місце менеджменту в діяльності спортивного педагога. Фізкультурно-спортивна організація як об'єкт менеджменту. Мета і завдання типологічного групування фізкультурно-спортивних організацій (за формою власності, за цільовим призначенням). Організаційно-правові форми фізкультурних і спортивних організацій. Етапи і зміст технології створення нової фізкультурно-спортивної організації. Взаємодія загальних і конкретних функцій менеджменту у спортивній організації. Сутність і система документаційного забезпечення менеджменту у закладах фізичної культури і спорту. Перспективні види інформаційних технологій у спортивному менеджменті. Особливості управління фізкультурно-спортивними організаціями. Контроль у системі менеджменту фізкультурно-спортивних організацій. Інформаційне забезпечення спортивних заходів, їх висвітлення, презентація і рекламна діяльність в системі підготовки спортсменів.

ТЕМА 5. АДАПТИВНИЙ СПОРТ

Загальна характеристика адаптивного спорту, його соціальне значення. Основні керівні організації адаптивного спорту в Україні та світі та їх характеристика.

Перспективи розвитку адаптивного спорту в Україні. Спільні та відмінні риси технічних правил літніх та зимових дефлімпійських ігор. Програмно-нормативні документи організації проведення дефлімпійських змагань. Роль технічних засобів у реалізації рухових дій спортсменами з інвалідністю. Специфічні матеріально-технічні засоби занять спортом людей з порушенням зору. Стан матеріально-технічного забезпечення адаптивного спорту в Україні.

Спільне й відмінне між спеціальними олімпіадами та іншими формами адаптивного спорту. Функції змагань у контексті соціалізації осіб з інвалідністю. Основні положення технічних правил зимових Дефлімпійських ігор їх застосування. Стратегічні завдання Міжнародного комітету спорту глухих на сучасному етапі. Основні досягнення української збірної на Паралімпійських іграх у Парижі 2024 року. Адаптивний спорт в процесі соціалізації дітей з інвалідністю. Ключові завдання адаптивного спорту в соціально-психологічній адаптації дорослих.

РОЗДІЛ II

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ОСНОВИ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

ТЕМА 1. ОСНОВИ ПЕДАГОГІЧНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ ТРЕНЕРА

Сутність педагогіки фізичної культури, її предмет і завдання. Дидактичні основи ефективності тренувального процесу. Характеристика основних категорій спортивного тренування: навчання, виховання, тренування. Зміст структури педагогічної діяльності тренера. Принципи свідомості і активності. Принцип систематичності, прогресування та підкріплення. Принцип індивідуалізації та моделювання змагальної діяльності. Розвиток і формування особистості. Поняття про розвиток і формування. Біологічне і соціальне у розвитку людини. Акселерація та вікова періодизація дітей. Індивідуальні особливості і можливості спортсменів. Мета і завдання виховання в умовах навчально-тренувального процесу. Особливості виховного процесу: принципи, методи та засоби виховання. Виховання на заняттях спортом. Вплив спорту на всебічний розвиток людини. Вплив спорту на формування моральних якостей. Вплив спорту на інтелектуальний розвиток. Формування колективу, його вплив на формування особистості. Поняття колективу, його види. Діалектика розвитку колективу. Фактори розвитку колективу. Компоненти педагогічної діяльності спортивного педагога. Критерії педагогічної майстерності. Педагогічні уміння та здібності спортивного педагога. Соціально-психологічні складові особистості тренера. Поняття «майстерність», «педагогічна майстерність». Домінанти успішності педагогічної діяльності спортивного педагога. Професійні деформації спортивного педагога, їх прояв і детермінанти. Педагогічна ситуація і педагогічна задача. Керівництво тренера у педагогічній діяльності. Стилі керівництва тренера. Сторони структури педагогічного спілкування. Сутність поняття «педагогічна культура», її основні складові. Фактори, які зумовлюють підвищення професійної культури спортивного педагога. Педагогічний такт, його ознаки та складові. Культура мовлення тренера-викладача.

ТЕМА 2. ПСИХОЛОГІЧНА ПІДГОТОВКА СПОРТСМЕНІВ

Виникнення та розвиток психології спорту. Предмет психології спорту. Завдання психології спорту. Психологія спорту в системі наук. Основні поняття психологічної підготовки. Основні напрямки психологічної підготовки в спорті. Види психологічної підготовки спортсменів і команд. Засоби психологічної підготовки. Поняття психологічної підготовки до змагань. Форми передстартових станів. Причини, які впливають на стан психологічної готовності спортсмена до змагань. Проблема психологічної характеристики видів спорту. Мотиваційна специфіка видів спорту.

Цільова специфіка видів спорту. Умови спорту і їх психологічне значення. Загальні поняття про психологічну структуру рухових навичок й умінь. Основні поняття психологічної підготовки. Основні напрямки психологічної підготовки. Види психологічної підготовки спортсменів та команд. Засоби психологічної підготовки. Характеристика психологічних засобів відновлення.

РОЗДІЛ III

МЕДИКО-БІОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ

ТЕМА 1. АНАТОМО-ФІЗІОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ДІЯЛЬНОСТІ ОРГАНІЗМУ СПОРТСМЕНІВ

Індивідуальні анатомо-фізіологічні особливості організму. Нервова система. Морфологічний розвиток. Серцево-судинна система. Дихальна система. Фосфагенна енергетична система. Гліколітична енергетична систем. Киснева енергетична система. АТФ-(аденозинтрифосфат). АДФ - (аденозиндифосфат). КРФ-(креатин фосфат). Сутність адаптації в спорті. Реакції адаптації при м'язовій роботі. Стадії формування термінової адаптації. Стадії формування довготривалої адаптації. Деадаптація, реадаптація та зрив адаптації в спорті. Поняття «стомлення», «стомленість», «перевтома», «втома» та «відновлення». Чинники, які стимулюють розвиток втоми в процесі підготовки. Фази розвитку процесу стомлення та відновлення при м'язовій діяльності. Стомлення та відновлення при виконанні навантажень різної спрямованості: симптоми стомлення після навантажень різної величини; характеристика стомлення при виконанні анаеробних вправ; характеристика стомлення при виконанні аеробних вправ. Стомлення та відновлення в залежності від кваліфікації та тренуваності спортсменів. Характеристика засобів відновлення та стимуляції працездатності в системі підготовки спортсменів. Характеристика педагогічних засобів відновлення. Медико-біологічні засоби відновлення. Фармакологічне забезпечення стимуляції працездатності та відновлювальних процесів. Використання дієтичних добавок та засобів фізіотерапії у спорті. Засоби управління працездатністю та відновлювальних процесів.

ТЕМА 2. ОСНОВИ РАЦІОНАЛЬНОГО ХАРЧУВАННЯ

Відповідність калорійності харчового раціону, відповідність хімічного складу, калорійності та обсягу раціону віку, статі, виду спорту, обсягу та інтенсивності навантажень, кліматичним умовам, індивідуальним потребам і особливостям організму. Збалансованість харчових речовин, вітамінів, мінеральних речовин і мікроелементів, тобто таке співвідношення між ними, яке потрібно в даному виді спорту. Використання впливу харчових речовин на стимуляцію обмінних процесів,

функцій тих органів і систем, які в першу чергу забезпечують виконання навантажень, специфічних для даного виду спорту. Використання спеціальних продуктів харчування та харчових добавок для збільшення сили, швидкості нарощування м'язової маси чи зменшення маси тіла залежно від вимог вагової категорії спортсмена. Вибір форм харчування, продуктів та страв, які при достатньому енергонасиченні не обтяжують травну систему. Урізноманітнення їжі за рахунок широкого асортименту продуктів і використання різних прийомів їх кулінарної обробки. Вибір правильного режиму харчування (час і кількість) прийомів їжі протягом дня, розподіл раціону прийому їжі залежно від режиму тренувальних занять і змагань.

5. РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

Рекомендовані джерела інформації до розділу I

1. Бріскін Ю. А. Організаційні основи Паралімпійського спорту : навчальний посібник. Львів : «Кобзар», 2004. 180 с.
2. Бакаєв В. О., Годік М. А. Сучасні підходи до побудови багаторічного тренувального процесу. Харків: Основа, 2020. 254 с.
3. Бондарчук А. П. Періодизація спортивного тренування. К.: Аграрна наука, 2000. 568 с.
4. Бріскін Ю. А. Адаптивний спорт. Спеціальні Олімпіади : навчальний посібник. Львів : «Ахіл», 2003. 128 с.
5. Бріскін Ю. А. Спорт інвалідів : [підруч. для студ. ВНЗ фіз. виховання і спорту]. Київ : Олімпійська література, 2006. 263 с.
6. Бріскін Ю. А., Передерій А. В. Вступ до теорії спорту інвалідів : навчальний посібник. Львів : «Апріорі», 2008. 70 с.
7. Булатова М. М. Олімпійський спорт: історія та сучасність. Київ: Олімпійська література, 2018. 360 с.
8. Бурла О. М. Загальна теорія підготовки спортсменів : навч.-метод. посібник для студентів галузі знань «Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини». Суми : Видво СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2015. 184 с.
9. Бурла О. М. Плавання. Прискорений курс навчання : навч.-посібник 2-ге вид., випр. і доп. Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2016. 156 с.
10. Верьянов О. М. Теорія та методика розвитку фізичних якостей спортсменів. Київ: Олімпійська література, 2016. 398 с.
11. Вознюк Т. В. Основи теорії та методики спортивного тренування: навчальний посібник. Вінниця : ФОП Корзун Д. Ю., 2016. 240 с.
12. Волков Л. В. Основи спортивної підготовки дітей і підлітків. Київ : Вища школа, 2013. 152.

- 13.Воронова В. І. Психологія спорту: навч. посібник. К. Олімпійська література, 2007. 298 с.
- 14.Гринь О. Р. Психологічне забезпечення та супровід підготовки кваліфікованих спортсменів: навчальний посібник. К. Олимпийская литература, 2015. 276 с.
- 15.Гурман Л. Д. Основи теорії і методики спортивного тренування. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2010. 368 с.
- 16.Гурман Л. Д., Ротар О. В. Документація з організації та проведення спортивних змагань в школі : на допомогу вчителів фізичної культури: методичні рекомендації Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2016. 63 с.
- 17.Гурман Л. Д., Ротар О. В. Основи теорії та методики спортивного тренування : методичні рекомендації для студентів-заочників факультету фізичної культури. Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2013. 34 с.
- 18.Гуска М. Б. Дорош В. У., Стасюк І. І., Козак Є. П. Організація, проведення змагань зі спортивних ігор (волейбол) : навчальний посібник. Кам'янець-Подільський : «Аксіома», 2017. 281 с.
- 19.Державні будівельні норми України. Спортивні та фізкультурно-оздоровчі споруди ДБН В.2.2.-13-2003 Державний комітет України з будівництва та архітектури. К., 2004.
- 20.Діагностика психофізіологічних станів спортсменів: методичний посібник / Г.В. Коробейніков, О.К. Дудник, Л.Д. Коняєва та ін. К.:«Белая Церковь: БНАУ», 2008. 64 с.
- 21.Драчук А. І. Теорія і методика викладання гандболу : навчальний посібник. Вінниця : «Ландо ЛТД», 2011. 154 с.
- 22.Дутчак М.В. Спорт для всіх в Україні: теорія та практика. К.: Олімп, л-ра, 2009. 279 с. <http://reposit.uni-sport.edu.ua/handle/787878787/200>

23. Заїкін А. В. Адаптивна фізична культура : навч.-метод. посіб. Кам'янець-Подільський : КПНУ імені Івана Огієнка, 2010. 120 с.
24. Закон України "Про фізичну культуру і спорт". Відомості Верховної Ради України. 2021. №50. С. 19.
25. Закон України «Про фізичну культуру і спорт». <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12#Text>
26. Закон України про фізичну культуру і спорт (відомості Верховної Ради України (ВВР), 1994, № 14, ст.80).
27. Занзіборський Ю. А. Комп'ютерні технології в управлінні спортивною підготовкою. Київ: Інформаційний центр, 2021. 152 с.
28. Заяць М. М. Інноваційні технології спортивного тренування. Київ: НТУУ, 2020. 312 с.
29. Кисельов В.О., Лапицький В.О., Чхайло М.Б. Використання тренажерів у волейболі: методичні рекомендації. Суми: Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2023. 45 с.
30. Корольчук М. С. Психофізіологія діяльності: підручник для студентів вищих навч. закладів. 3-є вид. К.: Ельга, Ніка-Центр, 2008. 400 с.
31. Костюкевич В. М. Модельно-цільовий підхід при побудові річного тренувального циклу в хокеї на траві. *Актуальні проблеми фізичного виховання та методики спортивного тренування*. Вінниця: ВДПУ, 2011. С. 109–113.
32. Костюкевич В. М. Організація і проведення змагань: навчальний посібник. Вінниця: «Планер», 2005. 216 с.
33. Костюкевич В. М. Теорія і методика спортивної підготовки (на прикладі командних видів спорту). Вінниця : Планер, 2014. 616 с.
34. Костюкевич В. М. Теорія і методика тренування спортсменів високої кваліфікації: навчальний посібник. Київ: «Освіта України», 2009. 279 с.

- 35.Круцевич Т. Ю., М.І. Воробьов, Г.В. Безверхня. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді: навч. посібн. К. : Олімпійська література, 2011. 284 с.
- 36.Кулик Н. А. Методика навчання бігових видів легкої атлетики: [методичні рекомендації до практичних занять з дисципліни «Легка атлетика та методика її викладання»]. Суми : СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2022. 60 с.
- 37.Лазоренко С. А., Чхайло М. Б., Шумаков О. В. Олімпійський спорт у запитаннях і відповідях. Суми: ФОП Цьома С .П., 2019. 176 с.
- 38.Лапицький В. О., Чхайло М. Б., Кулик Н. А. Підготовка воротаря у хокеї на траві: навчально-методичний посібник для студентів спеціальності 017 Фізична культура і спорт, галузь знань: 01 Освіта/Педагогіка. Суми: Вид-во СумДПУ імені А.С. Макаренка, 2023. 92 с.
- 39.Латишев О. С. Методика використання дієтичних добавок для прискорення відновлення після інтенсивних навантажень. Київ: Здоров'я, 2019. 180 с.
- 40.Матвеев Л. П. Основи спортивного тренування. Київ: Олімпійська література, 2019. 416 с.
- 41.Методичні рекомендації Міністерства освіти і науки України щодо організації навчально-тренувального процесу в ДЮСШ. Київ: МОН України, 2020. 38 с.
- 42.Методичні рекомендації Міністерства освіти і науки України щодо організації адаптивного спорту. Київ: МОН України, 2020. 42 с.
- 43.Методичні рекомендації щодо організації системи відновлення спортсменів після тренувань. Київ: МОЗ України, 2020. 58 с.
- 44.Методичні рекомендації щодо підготовки спортсменів на етапах багаторічного тренування. Київ: МОН України, 2020. 64 с.

45. Михайлова Н.Д. Спортивні споруди та обладнання : методичні рекомендації для студентів інституту фіз. вих. і спорту. К. : НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2008. 76 с.
46. Мічуда Ю. П. Сфера фізичної культури і спорту в умовах ринку. Закономірності функціонування та розвитку. К. : Олімпійська література, 2007. 216 с.
47. Національний комітет спорту інвалідів України. Офіційний сайт [Електронний ресурс]. URL: <https://paralympic.org.ua> (дата звернення: 07.03.2025).
48. Національний олімпійський комітет України. Офіційний сайт [Електронний ресурс]. URL: <https://noc-ukr.org> (дата звернення: 07.03.2025).
49. Національний олімпійський комітет України. Офіційний сайт [Електронний ресурс]. URL: <https://noc-ukr.org>
50. Основи спортивного харчування: навчально-методичний посібник / укл. : П. І. Горюк, А. В. Гакман. Чернівці : Чернівецький нац. ун-т, 2018. 74 с.
51. Павлова Ю., Виноградський Б. Відновлення у спорті : монографія.: ЛДУФК, 2011. 204 с.
52. Петровська Т. В. Майстерність спортивного педагога : навчальний посібник Київ : НУФВСУ, видавництво «Олімпійська література», 2015. 184 с.
53. Платонов В. М. Система підготовки спортсменів у олімпійському спорті: загальна теорія та її практичне застосування. Київ: Олімпійська література, 2020. 808 с.
54. Платонов В. М., Булатова М. М. Фізична підготовка і спортивне вдосконалення. Київ: Олімпійська література, 2017. 478 с.
55. Поляков А. І. Технології педагогічного контролю у спортивній діяльності. Харків: Факт, 2019. 280 с.

56. Поплавский Л. Ю. Баскетбол. Київ : Олімпійська література, 2004. 446 с.
57. Постанова Кабінету Міністрів України "Про затвердження Положення про дитячо-юнацькі спортивні школи": від 05.11.2008 № 993. Офіційний вісник України, 2008, №84, ст. 17.
58. Постанова Кабінету Міністрів України "Про затвердження Положення про дитячо-юнацькі спортивні школи": від 05.11.2008 №993. Офіційний вісник України. 2008. №84. С. 17.
59. Присяжнюк С.І. Фізичне виховання: навч. посіб. К.: Центр учбової літератури, 2008. 504 с. <http://194.44.152.155/elib/local/r102.pdf>
60. Прозар М. В., Козак Є. П. Теорія і методика викладання спортивних ігор (волейбол): навчальний посібник [для факульт. фіз. вих. і сп. вищих навч. закладів III-IV рівнів акредитації]. Кам'янець-Подільський : ТОВ «Друкарня Рута», 2015. 234 с.
61. Решетило С. Спортивно-фізкультурні споруди та обладнання: навчальний посібник для студентів ВНЗ III-IV рівнів акредитації в галузі фізичного виховання і спорту. Львів: ЛДУФК, 2010.
62. Романенко В. О. Основи спортивного відновлення: методики відновлення фізичного стану спортсменів. Львів: Світ, 2019. 374 с.
63. Сергієнко Л. П. Відбір у різні види спорту: підручник. Тернопіль : Навчальна книга. Богдан, 2010. 784 с
64. Сизих А. П. Планування тренувальних циклів у спорті вищих досягнень. Одеса: Прес-центр, 2021. 316 с.
65. Соловей В. П. Фізіотерапевтичні методи у спортивному тренуванні. Дніпро: Академія, 2017. 278 с.
66. Стасюк В. А., Стасюк І. І., Прозар М. В., Петров А. О. Теорія і методика викладання спортивних ігор (футбол) : навчально-методичний посібник [для факульт. фіз. вих. і сп. вищих навч. закладів III-IV рівнів акредитації]. Кам'янець-Подільський : ТОВ «Друкарня "Рута"», 2017. 162 с.

- 67.Сушко Р. О. Розвиток спортивних ігор в умовах глобалізації (на матеріалі баскетболу) : монографія. К. : Центр учбової літератури, 2017. 360 с.
- 68.Теорія і методика фізичного виховання / Методика фізичного виховання різних груп населення: підручник для студентів вищих навчальних закладів фізичної культури і спорту / Під ред. Т.Ю. Круцевич. К.: НУФВСУ «Олімпійська література», 2008. Т2. С. 155-319. <http://fizkultura.kpnu.edu.ua/wp-content/uploads/2019/12/tmfv.pdf>
- 69.Теорія і методика фізичного виховання: підруч. для студ. вищ. навч. закладів фіз. виховання і спорту: в 2 т. / під ред. Т. Ю. Круцевич. К. : Олімпійська література, 2008. Т. 1. 391 с. <http://fizkultura.kpnu.edu.ua/wp-content/uploads/2019/12/tmfv.pdf>
- 70.Фармакологічний супровід у сфері фізичної культури і спорту. Скорочений конспект лекцій для студентів спеціальності 017 "Фізична культура і спорт" / уклад.: Г. Л. Юсіна. Краматорськ : ДДМА, 2020. 158 с.
- 71.Функціональні харчувальні засоби відновлення у видах спорту з проявом витривалості : метод. розробка / Володимир Ялович, Антон Ялович. Луцьк : Вежа-Друк, 2019. 116 с.
- 72.Шинкарук О. А. Теорія і методика підготовки спортсменів: управління, контроль, відбір, моделювання та прогнозування в олімпійському спорті: нав. посіб. Київ 2013. 136с.
- 73.Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : Навчальна книга. Богдан, 2001. Ч. 1. 272 с. <https://bohdan-books.com/upload/iblock/b92/b92308166511335af185740cb2c2bc1e.pdf>
- 74.Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів : Навчальна книга. Богдан, 2002. Ч. 2. 247 с. <https://bohdan-books.com/upload/iblock/f47/f4705405ffa1d686c48b8d254db7e8e1.pdf>

Рекомендовані джерела інформації до розділу II

1. Бесєдіна Л. М., Сторубльов О. І. *Педагогічна майстерність, активні методи навчання та методична робота у навчальних закладах: метод. посіб.* К.: Логос, 2009. 204 с.
2. Грабовський Ю.А. Масова фізична культура і спорт: основи організації та методики: навчальний посібник для студентів вищих закладів освіти галузі знань: 0102 «Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини». Херсон: ПП Вишемирський В.С., 2013. 231с.
3. Гузарь В.М. Керівництво фізичною культурою і спортом посадовими особами Педагогіка, психологія і медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Збірник наукових праць. Харків: ХХПІ, 2000. № 15. С. 3-8.
4. Дерєка Т. Г. Неперервна професійна підготовка фахівців фізичного виховання: акмеологічні засади: [монографія]. Київ: Видавництво ВП «Едельвейс». 2016.
5. Дичківська І. М. Інноваційні педагогічні технології: навчальний посібник. Київ: Академвидав (Альма-матер). 2004.
6. Дубинська О. Я. (2013). Курс лекцій з теорії фізичної культури, фізичного виховання різних груп населення: навч. метод. посіб. складено відповідно до освітньо-професійної програми підготовки магістрів напряму 8.010201 «Фізичне виховання», спеціальності 8.01020101 «Фізичне виховання». Суми: Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка.
7. Жданова О.М. Організація фізкультурно-оздоровчої роботи та рекреаційного туризму. Львів, 2001. 256 с.
8. Закон України «Про вищу освіту» №1556-VII від 01.07.2014. Режим доступу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/1556-18/page>.
9. Закон України «Про освіту» (2017). Режим доступу: <http://zakon.rada.gov.ua/go/2145-19>.
10. Закон України «Про фізичну культуру і спорт» (1993). Режим

доступу: <http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/3808-12/page2>.

11. Іваній І. В. Фізична культура особистості фахівця фізичного виховання та спорту: навч.- метод. посібник. Суми: Університетська книга, 2014.
12. Кузьмінський А.І., Вовк Л.П., Омеляненко В.І. Педагогіка: завдання і ситуації: Практикум. К.: Знання-Прес, 2003. 429 с.
13. Лисянська Т.М. Педагогічна психологія: Практикум: Навч. посіб. К.: Каравелла, 2009. 224 с.
14. Литвиненко О.М., Твеліна А.О. Організація та методика масової фізичної культури: навчально-методичний посібник. Миколаїв: МНУ імені В.О. Сухомлинського, 2016. 130 с.
15. Савицкий П.Ф. Організація фізкультурно-оздоровчої роботи. К.: КДІФК, 1992. 32 с.
16. Ложкин Г.В. Психология спорта: схемы, комментарии, практикум: учеб. пособ. К.: Освіта України, 2011. 484 с.
17. Махова Д. С., Опанасенко Н. І. Педагогіка: навч. посібник. Київ, , 2005. С. 27-31.
18. Печко О. М.. Педагогічні і конфліктні ситуації вчителя фізичної культури. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*, 2, 2011. С. 95–97.
19. Педагогіка: Хрестоматія / Уклад.: А.І. Кузьмінський, В.Л. Омеляненко. К.: Знання-Прес, 2003. 700 с.
20. Петровська Т. В. Майстерність спортивного педагога: навч. посіб. Київ, 2015. 184 с.
21. Подоляк Л.Г., Юрченко В.І. Психологія вищої школи: Практикум: Навч. посіб. К.: Каравелла, 2008. 336 с.
22. Сущенко Л. П. Професійна підготовка майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту (теоретико-методологічний аспект): монографія. Запоріжжя: Запорізький держ. ун-т, 2003. 442 с.
23. Теорія і методика фізичного виховання: підруч. для студ. вищ. навч.

- закл. Фіз. Виховання і спорту: у 2 т. Т.1. Загальні основи теорії і методики фізичного виховання (2017). [Т. Ю. Круцевич, Н. Є. Пангелова, О. Д. Кривчикова та ін.; за ред. Т. Ю. Круцевич]. [2-ге вид., переробл. та доп.]. Київ: Національний університет фізичного виховання і спорту України, вид-во «Олімп. Л-ра».
24. Теорія і методика фізичного виховання: підруч. Для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту: у 2 т. Т.2. Методика фізичного виховання різних груп населення (2017). [Т. Ю. Круцевич, Н. Є. Пангелова, О. Д. Кривчикова та ін.; за ред. Т. Ю. Круцевич]. – [2-ге вид., переробл. та доп.]. – Київ: Національний університет фізичного виховання і спорту України, вид-во «Олімп. Л-ра».
25. Теслянков, Ю. О. (2017). Педагогічні умови формування професійної самоорганізації майбутніх учителів фізичного виховання (дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04). Одеса.
26. Федорчук Є. І. Основи педагогічної майстерності. Кам'янець-Подільський, 2006. 240 с.
27. Шалар О.Г. Лекції з курсу «Психологія фізичного виховання та спорту»: навчально-методичний посібник для студентів спеціальності ПМСО. Фізична культура. Херсон: Видавництво ХДУ, 2005. 212 с.

Рекомендовані джерела інформації до розділу III

1. Анатомія людини / [Волошин М. А., Ковешніков В. Г., Костиленко Ю.П. та ін.]. Луганськ: Віртуальна реальність, 2007. Т. 2. 260 с.
2. Аносов І. П. Анатомія людини у схемах: навч. наоч. посіб. / Аносов І. П., Хоматов В. Х. К.: Вища шк., 2002. 191 с.
3. Відновлювальні засоби працездатності у фізичній культурі і спорті: підручник / І.О. Ячнюк, О.О. Воробйов, Л.В. Романів, Ю.Б. Ячнюк та ін. Чернівці: Книги –ХХІ, 2009. 432 с.
4. Кара С. І. Спортивна фізіологія : навч. посіб. Бердянськ : БДПУ, 2012. 200 с.

5. Гуніна Л.М. та ін.; за заг.ред. О.А. Шинкарук. К.: Олімп. пра, 2009. 144 с.
6. Земцова І. І. Спортивна фізіологія: навч. посіб. Київ:Олімпійська література, 2008. 207 с.
7. Калиниченко І. О., Латіна Г. О., Кравченко А. І., Заїкіна Г. Л. Домедична допомога при невідкладних станах: навч.посібник. Суми: Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2023. 472 с. (ISBN 978-966-698-334-6).
8. Латишев О. С. Методика використання дієтичних добавок для прискорення відновлення після інтенсивних навантажень. Київ: Здоров'я, 2019. 180 с.
9. Михалюк Є.Л. Актуальні питання спортивної медицини / Монографія. Запоріжжя, ЗДМУ. 2017. 160 с.
10. Медико-біологічне забезпечення підготовки спортсменів збірних команд України з олімпійських видів спорту / Шинкарук О.А., Лисенко О.М., Рибалко А. В., Кудій Л. І. Черкаси : ЧНУ імені Богдана Хмельницького, 2017. 180 с. Режим доступу: <http://eprints.cdu.edu.ua/4736/1/-sport.pdf>
11. Основи спортивного харчування: навчально-методичний посібник / укл. :П. І. Горюк, А. В. Гакман. Чернівці : Чернівецький нац. ун-т, 2018. 74 с.
12. Павлова Ю., Виноградський Б. Відновлення у спорті : монографія.: ЛДУФК, 2011. 204 с.
13. Функціональні харчувальні засоби відновлення у видах спорту з проявом витривалості : метод. розробка / Володимир Ялович, Антон Ялович. Луцьк : Вежа-Друк, 2019. 116 с.
14. Хорошуха М. Ф. Спортивна медицина з основами медичних знань: [навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл.] / М. Ф. Хорошуха. К. : Вид-во Київського університету імені Бориса Грінченка, 2019. 468 с.

ДОДАТКИ

Додаток А

Мета і завдання з написання реферату

Освітня мета реферату: підтвердження своїх знань і навичок з вивченої теми, демонстрація ознайомлення з відповідною літературою та вміння провести аналіз зібраної інформації.

Завдання перед слухачами курсів підвищення кваліфікації:

- вивчити ставлення фахівців до обраної теми за допомогою відповідних статей і літератури;
- познайомитися з існуючими методиками вирішення наявних проблем в контексті досліджуваної в рефераті теми;
- вивчення та аналіз знайдених статистичних даних;
- логічний виклад узагальненого власного бачення вивченого матеріалу і аргументація своєї точки зору;
- пропозиції щодо поліпшення методик, способів вивчення теми реферату або діяльності, висвітленої в ньому.

Загальні вимоги до рефератів 2021 в Україні

- мова – державна;
- написання – в науковому стилі;
- порядок написання – логічний виклад;
- формат сторінок реферату – А4;
- параметри шрифту, розмір знаків – Times New Roman, 14;
- відстань між рядками – полуторний інтервал;
- кількість сторінок 15-20;
- вимоги до оформлення полів: лівосторонній відступ – 30 мм, правосторонній – 15 мм, верхній і нижній – 20;
- простий план – повинен включати 3-4 розділи;
- в якості джерел необхідно використовувати 10-15 найменувань;

- вимога до написання заголовків розділів – великими літерами;
- вимога до написання заголовків підрозділів – маленькими літерами (виняток – перша);
- перерахування джерел матеріалів для роботи;
- вимоги до оформлення реферату закріплені українським Держстандартом. ДСТУ 8302:2015 .

Структура реферату

1. титульний лист;
2. план;
3. вступ;
4. основна частина (обов'язково поділ інформації за рахунок розділів, оформлених пунктів і підпунктів);
5. висновки;
6. список матеріалів, використаних як джерело;
7. додатки.

Вимоги до титульного аркуша реферату

Зразок

СУМСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

імені А.С. МАКАРЕНКА

НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

КАФЕДРА ТЕОРІЇ І МЕТОДИКИ СПОРТУ

Іванов Іван Іванович

ІСТОРІЯ РОЗВИТКУ ДЗЮДО В УКРАЇНІ

Випускна робота здобувача курсів підвищення кваліфікації за програмою
«Тренер-викладач з виду спорту»

Консультант: _____

Вступ

Це важливий розділ в рефераті, що займає не більше 2 сторінок. Тут пояснюють, чому обрана тема привертала увагу, наскільки вона висвітлена була раніше в наукових колах, заради якої мети учень виконав дану задачу.

У вступі коротко згадують про вибрані в якості джерела матеріалів.

Для залучення уваги до роботи, варто якомога яскравіше, але в дусі наукового викладу, акцентувати у вступі увагу до головної проблеми, що висвітлюється в рефераті.

Вимоги до змісту основної частини реферату

Реферат можна написати у вигляді аналітичного огляду наукових досліджень з головної теми роботи. В такому випадку слід викласти, в якій мірі той чи інший вказуваний науковий фахівець, вніс свій внесок в роботу над досліджуваною темою.

Можливо подати матеріал як критичний аналіз наукового диспуту, виклавши в рефераті своє бачення різних наукових підходів до досліджуваної проблеми.

Або викласти інформацію у форматі розгорнутої рецензії на обрану наукову роботу.

Тема реферату, його завдання і мета повинні мати загальний зміст. Пункти плану розкривають послідовно, не забуваючи використовувати докази на основі перевірених фактів, прикладів. Викладаючи матеріал, чітко формулюють власні думки, уникаючи двозначності.

Структурування тексту полегшує сприйняття інформації і спрощує пошук відповідей на певні питання.

Тому абзаци в тексті реферату не менш важливі, ніж заголовки.

А написання окремих місць, що несуть особливо важливу інформацію, шрифтом, що відрізняється по написанню від основної маси тексту не надмірність, а прояв поваги до читача.

Висновки

Висновок – це та частина роботи, де ви демонструєте власну думку щодо розглянутої теми. Тут необхідно розповісти про:

- ступеня успішності проведеної роботи з вивчення головної теми реферату;
- найбільш яскравих, перспективних наукових підходів у вивченні дослідженої проблеми;
- найцінніших відомостей в рефераті, спірних моментах, які бажано продовжити вивчати в зв'язку з розглянутою в роботі темою.

Максимальний розмір висновку – 2 сторінки.

Нумерація сторінок роботи

Розмітку сторінок виконують арабськими цифрами за принципом наскрізної нумерації. Значок " № " при цьому не використовують. Титульний аркуш враховується в загальній нумерації роботи, але на ньому самому цифрову позначку не ставлять. Нумери сторінок розміщують в правому верхньому куті, без точки позаду цифр.

Листи роботи, що містять введення, зміст, список джерел, Перелік умовних знаків, нумерують, як і інші сторінки реферату. Заголовки цих розділів нумерації не підлягають.

ОФОРМЛЕННЯ ТЕЗ ДОПОВІДЕЙ

ОФОРМЛЕННЯ ТЕЗ

Обсяг – до 3 сторінок друкованого тексту, формат А4, **орієнтація** – книжкова, матеріали збережені та підготовлені у форматі Microsoft Word (*.doc або *.docx). **Шрифт** Arial. **Поля:** верхнє – 20 мм, нижнє – 20 мм, праве – 20 мм, ліве 20 мм. **Розмір шрифту** основного тексту – кегель 14. **Міжрядковий інтервал** – 1,5. **Вирівнювання тексту** – по ширині. **Абзацний відступ (новий рядок)** – 1,25 см. **Нумерація сторінок** – не ведеться.

Назва тексту друкується великими літерами посередині першого рядка без крапки, нижче через один інтервал (по центру) маленькими літерами – прізвище та ім'я автора (авторів), вчене звання, повна назва місця роботи (навчання). Далі, через один інтервал з абзацного відступу – текст. Посилання на літературу в тексті необхідно подавати в квадратних дужках (*наприклад*, [2, с. 20]). Список використаних джерел подається після тексту статті згідно чинних вимог до оформлення списку літератури за ДСТУ 8302:2015.

До матеріалів обов'язково подається **заявка** на участь у конференції (*див. зразок*).

ЗАЯВКА

**на участь у роботі Міжнародної науково-практичної конференції
«Інноваційні і цифрові технології у процесі підготовки спортсменів в
умовах формального і неформального навчання»**

**«Innovative and digital technologies in the process of training sportsmen in
conditions of formal and non-formal learning»**

29 жовтня 2025 року.

ПІ автора	
Науковий ступінь, вчене звання	
Місце роботи, посада	
Місце навчання (інститут, факультет), спеціальність, курс, група)	
Мобільний телефон	
E-mail	
Назва статті	