

ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет здоров'я, психології, фізичної культури та спорту
Кафедра теорії і методики фізичного виховання і спорту

ЗАТВЕРДЖУЮ
Проректор з ННР
Віктор ЛОПАТОВСЬКИЙ
« 22 » листопада 2021 р.



ПРОГРАМА MINOR

Підвищення спортивної майстерності з веслувального спорту
(назва програми)

Для студентів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
Рівень вищої освіти

Спеціальність: для здобувачів вищої освіти всіх спеціальностей, за якими здійснюється підготовка у ХНУ
Шифр, назва спеціальності

Освітня програма: освітньо-професійні програми спеціальностей, за якими здійснюється підготовка у ХНУ
Назва

Обсяг освітньої програми: 24 кредити ЄКТС

Терміни реєстрації на програму: 3-8 семестри, реєстрація на дану програму проводиться відповідно до Положення про порядок реалізації права здобувачів вищої освіти на вільний вибір навчальних дисциплін у ХНУ, перевага надається здобувачам, які мають спортивні розряди.

При опануванні здобувачем означеної програми minor у додатку до диплому про вищу освіту європейського зразка робиться відповідний запис.

Обговорено та затверджено на науково-методичній раді ХНУ:
протокол №3 від 22.11.2021 р.

Мета програми: формування та вдосконалення знань, умінь і навичок ведення здорового способу життя за допомогою активних занять веслуванням, формування демократичної культури, моральних цінностей, соціальної активності, громадянської позиції.

Завдання програми: розвиток фізичних якостей здобувачів вищої освіти необхідних для занять веслувальним спортом; вдосконалення вмінь та навичок для успішних занять веслуванням; спеціалізація спортсменів у веслувальному спорті та цілеспрямована підготовка; формування універсальних навичок (soft skills) особи; поглиблення професійних знань, набуття досвіду виконання посадових обов'язків, практичної роботи та професійної діяльності у певній сфері з урахуванням регіональних потреб та потреб суспільства; формування позитивного іміджу Хмельницького національного університету шляхом участі у спортивних змаганнях з веслування місцевого, регіонального та Всеукраїнського рівнів.

Програмні компетентності	
Загальні компетентності (ЗК)	<p>ЗК1. Здатність реалізовувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні.</p> <p>ЗК2. Здатність використовувати різні види та форми рухової (фізичної) активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.</p> <p>ЗК3. Здатність працювати в команді.</p> <p>ЗК4. Здатність планувати та управляти часом.</p> <p>ЗК5. Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово.</p> <p>ЗК6. Навички міжособистісної взаємодії.</p> <p>ЗК7. Здатність бути критичним і самокритичним.</p> <p>ЗК8. Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).</p> <p>ЗК9. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.</p>

Спеціальні (фахові, предметні) компетентності (ФК)	<p>ФК1. Здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості.</p> <p>ФК2. Здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення.</p> <p>ФК3. Здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя.</p> <p>ФК4. Здатність проводити біомеханічний аналіз рухових дій людини.</p> <p>ФК5. Здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів.</p> <p>ФК6. Здатність аналізувати прояви психіки людини під час занять фізичною культурою і спортом.</p> <p>ФК7. Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.</p> <p>ФК8. Здатність до безперервного спортивного розвитку.</p>
---	---

Програмні результати навчання (ПРН)

- ПРН01. Спілкуватися українською та іноземною мовами у професійному середовищі, володіти фаховою термінологією та професійним дискурсом, дотримуватися етики ділового спілкування.
- ПРН02. Уміти обробляти дані з використанням сучасних інформаційних та комунікаційних технологій.
- ПРН03. Показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення.
- ПРН04. Засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід провідних спортсменів.
- ПРН05. Здійснювати заходи з організації й проведення спортивних змагань.
- ПРН06. 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.
- ПРН07. Оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми кондиційного тренування, організовувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи.
- ПРН08. Аналізувати процеси становлення та розвитку веслування, олімпійського руху та олімпійської освіти на міжнародному та національному рівнях.
- ПРН09. Застосовувати у професійній діяльності знання анатомічних,

фізіологічних, біохімічних, біомеханічних та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою і спортом.

ПРН10. Визначати функціональний стан організму людини та обґрунтовувати вибір засобів профілактики перенапруження систем організму осіб, які займаються фізичною культурою і спортом.

ПРН11. Надавати долікарську медичну допомогу при невідкладних станах та патологічних процесах в організмі людини.

ПРН12. Аналізувати психічні процеси, стани та властивості людини під час занять веслуванням.

ПРН13. Застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.

Вид семестрової та підсумкової атестації – залік.

План навчального процесу

№ п/п	Назва дисципліни (освітнього компоненту)	Обсяг, кред. / год	Обсяг навчальної роботи, годин		Семестр	Вид контролю
			аудиторна	самостійна		
1.	Підвищення спортивної майстерності з веслувального спорту попереднього рівня	4/120	51	69	3	залік
2.	Підвищення спортивної майстерності з веслувального спорту початкового рівня	4/120	54	66	4	залік
3.	Підвищення спортивної майстерності з веслувального спорту базового рівня	4/120	51	69	5	залік
4.	Підвищення спортивної майстерності з веслувального спорту спеціалізованого рівня	4/120	54	66	6	залік
5	Підвищення спортивної майстерності з веслувального спорту тренувального рівня	4/120	51	69	7	залік
6.	Підвищення спортивної майстерності з веслувального спорту високого рівня	4/120	54	66	8	залік

ПІДВИЩЕННЯ СПОРТИВНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ З ВЕСЛУВАЛЬНОГО СПОРТУ ПОПЕРЕДНЬОГО РІВНЯ

Тип (статус) дисципліни	Вибіркова
Освітній рівень	Перший (бакалаврський)
Мова викладання	Українська
Семестр	3 семестр
Кількість встановлених кредитів ЄКТС	4,0
Форма навчання для яких для яких викладається дисципліна	Денна

Результати навчання. Здобувач вищої освіти першого (бакалаврського) рівня, який успішно завершив вивчення дисципліни попереднього рівня, має: демонструвати здатність спілкуватися українською та іноземною мовами у професійному середовищі, володіти фаховою термінологією та професійним дискурсом, дотримуватися етики ділового спілкування; засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід провідних спортсменів; володіти основними технічними навичками веслувальника; показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення; аналізувати процеси становлення та розвитку видів веслувального спорту, олімпійського руху та олімпійської освіти на міжнародному та національному рівнях.

Зміст навчальної дисципліни: Основна термінологія, що використовується у веслувальних видах спорту. Формування та розвиток базових фізичних якостей (сили, спритності, гнучкості, швидкості, витривалості) веслувальників. Характеристика видів веслувального спорту. Історія розвитку веслувальних видів спорту. Місце та значення видів спортивного веслування у системі масової фізичної культури. Міжнародні і національні органи управління у веслувальному спорті. Змагання та змагальна діяльність веслувальників.

Запланована навчальна діяльність: практичні заняття 51 год., самостійна робота – 69 год., разом – 120 год.

Форми (методи) навчання: практичні заняття та самостійна (індивідуальна) робота.

Форми оцінювання результатів навчання: тести.

Вид семестрового контролю: залік

Навчальні ресурси:

1. Академічне веслування. Правила змагань. за ред. Сябро М.І. К., 2008. 74 с.
2. Веслування на байдарках і каное та веслувальний слалом: [навчальна програма для ДЮСШ, СДЮШОР з веслування на байдарках и каное / ред. Ю. О. Воронцов, О. О. Чередниченко, Ю. М. Маслачков та ін.]. К., 2007. 104 с.
3. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорту: учебник тренеров высшей квалификации. К.: Олимпийская литература, 2004. 853 с.
4. Правила змагань веслування на байдарках і каное. К.: «Деснянська правда», 2010. 40 с.
5. Теорія та методика викладання обраного виду спорту (Веслувальний спорт): навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту / О.А. Шинкарук, О.О. Чередниченко, Шульга Л.М., О. М. Русанова. К.: Олімпійська література, 2011. 128 с.
6. Модуль для дистанційного навчання. Режим доступу : http://dn.khnu.km.ua/dn/k_list.aspx?bk=T.
7. Електронна бібліотека Університету. Режим доступу : http://lib.khnu.km.ua/asp/php_f/page_lib.php.

Викладач: кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент Флерчук В.В.

ПІДВИЩЕННЯ СПОРТИВНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ З ВЕСЛУВАЛЬНОГО СПОРТУ ПОЧАТКОВОГО РІВНЯ

Тип (статус) дисципліни	Вибіркова
Освітній рівень	Перший (бакалаврський)
Мова викладання	Українська
Семестр	4 семестр
Кількість встановлених кредитів ЄКТС	4,0
Форма навчання для яких для яких викладається дисципліна	Денна

Результати навчання. Здобувач вищої освіти першого (бакалаврського) рівня, який успішно завершив вивчення дисципліни початкового рівня, має: демонструвати здатність оцінювати рухову активність людини та її фізичний стан, складати та реалізовувати програми кондиційного тренування, організовувати та проводити фізкультурно-оздоровчі заходи; застосовувати у професійній діяльності знання анатомічних, фізіологічних, біохімічних, біомеханічних та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою і спортом; показувати навички надання долікарської медичної допомоги при невідкладних станах та патологічних процесах в організмі людини; аналізувати процеси становлення та розвитку видів веслувального спорту, олімпійського руху та олімпійської освіти на міжнародному та національному рівнях.

Зміст навчальної дисципліни: . Вдосконалення базових фізичних якостей (сили, спритності, гнучкості, швидкості, витривалості) веслувальників. Основи техніки веслувального спорту. Веслувальна біомеханічна система та її характеристика. Засоби та методи спортивної підготовки у веслувальному спорті. Поняття про засоби спортивної підготовки, що застосовуються у веслувальному спорті. Розподіл засобів спортивного тренування у веслувальному спорті за спрямованістю дії. Основи й організація навчальних занять у веслувальних видах спорту. Побудова занять вибіркової та комплексної спрямованості. Матеріально-технічне забезпечення підготовки спортсменів у веслувальному спорті. Тренажери та додаткові пристрої, що використовуються у підготовці веслувальників.

Запланована навчальна діяльність: практичні заняття 54 год., самостійна робота – 66 год., разом – 120 год.

Форми (методи) навчання: практичні заняття та самостійна (індивідуальні) робота.

Форми оцінювання результатів навчання: тести.

Вид семестрового контролю: залік

Навчальні ресурси:

1. Академічне веслування. Правила змагань. за ред. Сябро М.І. К., 2008. 74 с.
2. Веслування на байдарках і каное та веслувальний слалом: [навчальна програма для ДЮСШ, СДЮШОР з веслування на байдарках и каное / ред. Ю. О. Воронцов, О. О. Чередниченко, Ю. М. Маслачков та ін.]. К., 2007. 104 с.
3. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте: учебник тренеров высшей квалификации. К.: Олимпийская литература, 2004. 853 с.
4. Правила змагань веслування на байдарках і каное. К.: «Деснянська правда», 2010. 40 с.
5. Теорія та методика викладання обраного виду спорту (Веслувальний спорт): навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту / О.А. Шинкарук, О.О. Чередниченко, Шульга Л.М., О. М. Русанова. К.: Олімпійська література, 2011. 128 с.
6. Модуль для дистанційного навчання. Режим доступу : http://dn.khnu.km.ua/dn/k_list.aspx?bk=T.
7. Електронна бібліотека Університету. Режим доступу : http://lib.khnu.km.ua/asp/php/f/page_lib.php.

Викладач: кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент Флерчук В.В.

ПІДВИЩЕННЯ СПОРТИВНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ З ВЕСЛУВАЛЬНОГО СПОРТУ БАЗОВОГО РІВНЯ

Тип (статус) дисципліни	Вибіркова
Освітній рівень	Перший (бакалаврський)
Мова викладання	Українська
Семестр	5 семестр
Кількість встановлених кредитів ЄКТС	4,0
Форма навчання для яких для яких викладається дисципліна	Денна

Результати навчання. Здобувач вищої освіти першого (бакалаврського) рівня, який успішно завершив вивчення дисципліни базового рівня, має: демонструвати здатність визначати функціональний стан організму людини та обґрунтовувати вибір засобів профілактики перенапруження систем організму осіб, які займаються фізичною культурою і спортом; аналізувати психічні процеси, стани та властивості людини під час занять веслуванням; показувати уміння обробляти дані з використанням сучасних інформаційних та комунікаційних технологій; аналізувати процеси становлення та розвитку видів веслувального спорту, олімпійського руху та олімпійської освіти на міжнародному та національному рівнях.

Зміст навчальної дисципліни: . Вдосконалення базових фізичних якостей (сили, спритності, гнучкості, швидкості, витривалості) веслувальників. Види підготовки. Характеристика спортивної підготовки у веслувальному спорті. Навантаження, стомлення і відновлення у веслувальному спорті. Вплив навантажень на організм веслувальників різної кваліфікації. Характеристика стомлення і відновлення після навантажень у веслувальному спорті.. Основи технічної підготовки веслувальників. Контроль технічної підготовленості у веслувальному. Основи тактичної підготовки веслувальників. Тактичні варіанти проходження змагальної дистанції у веслувальних видах спорту. Навчання техніки у веслувальному спорті.

Запланована навчальна діяльність: практичні заняття 51 год., самостійна робота – 69 год., разом – 120 год.

Форми (методи) навчання: практичні заняття та самостійна (індивідуальні) робота.

Форми оцінювання результатів навчання: тести.

Вид семестрового контролю: залік

Навчальні ресурси:

1. Академічне веслування. Правила змагань. за ред. Сябро М.І. К., 2008. 74 с.
2. Веслування на байдарках і каное та веслувальний слалом: [навчальна програма для ДЮСШ, СДЮШОР з веслування на байдарках и каное / ред. Ю. О. Воронцов, О. О. Чередниченко, Ю. М. Маслачков та ін.]. К., 2007. 104 с.
3. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте: учебник тренеров высшей квалификации. К.: Олимпийская литература, 2004. 853 с.
4. Правила змагань веслування на байдарках і каное. К.: «Деснянська правда», 2010. 40 с.
5. Теорія та методика викладання обраного виду спорту (Веслувальний спорт): навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту / О.А. Шинкарук, О.О. Чередниченко, Шульга Л.М., О. М. Русанова. К. : Олімпійська література, 2011. 128 с.
6. Модуль для дистанційного навчання. Режим доступу : http://dn.khnu.km.ua/dn/k_list.aspx?bk=T.
7. Електронна бібліотека Університету. Режим доступу : http://lib.khnu.km.ua/asp/php_f/p1age_lib.php.

Викладач: кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент Флерчук В.В.

ПІДВИЩЕННЯ СПОРТИВНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ З ВЕСЛУВАЛЬНОГО СПОРТУ СПЕЦІАЛІЗОВАНОГО РІВНЯ

Тип (статус) дисципліни	Вибіркова
Освітній рівень	Перший (бакалаврський)
Мова викладання	Українська
Семестр	6 семестр
Кількість встановлених кредитів ЄКТС	4,0
Форма навчання для яких для яких викладається дисципліна	Денна

Результати навчання. Здобувач вищої освіти першого (бакалаврського) рівня, який успішно завершив вивчення дисципліни спеціалізованого рівня, має: 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; здатність засвоювати нову фахову інформацію, оцінювати й представляти власний досвід, аналізувати й застосовувати досвід провідних спортсменів; аналізувати психічні процеси, стани та властивості людини під час занять веслуванням; аналізувати процеси становлення та розвитку видів веслувального спорту, олімпійського руху та олімпійської освіти на міжнародному та національному рівнях.

Зміст навчальної дисципліни: . Вдосконалення базових фізичних якостей (сили, спритності, гнучкості, швидкості, витривалості) веслувальників. Контроль за розвитком фізичних якостей у веслувальному спорті. Розвиток силових здібностей та основні напрями силової підготовки веслувальників. Силова підготовка на суходолі. Методика розвитку швидкісних можливостей. Засоби, спрямовані на розвиток швидкісних можливостей. Розвиток витривалості у веслувальників. Види витривалості та фактори, що її визначають. Розвиток гнучкості та координаційних здібностей у веслувальників. Види координаційних здібностей у веслувальному спорті. Моделювання змагальної та тренувальної діяльності.

Запланована навчальна діяльність: практичні заняття 54 год., самостійна робота – 66 год., разом – 120 год.

Форми (методи) навчання: практичні заняття та самостійна (індивідуальні) робота.

Форми оцінювання результатів навчання: тести.

Вид семестрового контролю: залік

Навчальні ресурси:

1. Академічне веслування. Правила змагань. за ред. Сябро М.І. К., 2008. 74 с.
2. Веслування на байдарках і каное та веслувальний слалом: [навчальна програма для ДЮСШ, СДЮШОР з веслування на байдарках и каное / ред. Ю. О. Воронцов, О. О. Чередниченко, Ю. М. Маслачков та ін.]. К., 2007. 104 с.
3. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте: учебник тренеров высшей квалификации. К.: Олимпийская литература, 2004. 853 с.
4. Правила змагань веслування на байдарках і каное. К.: «Деснянська правда», 2010. 40 с.
5. Теорія та методика викладання обраного виду спорту (Веслувальний спорт): навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту / О.А. Шинкарук, О.О. Чередниченко, Шульга Л.М., О. М. Русанова. К. : Олімпійська література, 2011. 128 с.
6. Модуль для дистанційного навчання. Режим доступу : http://dn.khnu.km.ua/dn/k_list.aspx?bk=T.
7. Електронна бібліотека Університету. Режим доступу : http://lib.khnu.km.ua/asp/php_f/page_lib.php.

Викладач: кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент Флерчук В.В.

ПІДВИЩЕННЯ СПОРТИВНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ З ВЕСЛУВАЛЬНОГО СПОРТУ ТРЕНУВАЛЬНОГО РІВНЯ

Тип (статус) дисципліни	Вибіркова
Освітній рівень	Перший (бакалаврський)
Мова викладання	Українська
Семестр	7 семестр
Кількість встановлених кредитів ЄКТС	4,0
Форма навчання для яких для яких викладається дисципліна	Денна

Результати навчання. Здобувач вищої освіти першого (бакалаврського) рівня, який успішно завершив вивчення дисципліни тренувального рівня, має: 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; показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення; застосовувати у професійній діяльності знання анатомічних, фізіологічних, біохімічних, біомеханічних та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою і спортом; застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.

Зміст навчальної дисципліни: . Вдосконалення базових фізичних якостей (сили, спритності, гнучкості, швидкості, витривалості) веслувальників. Особливості побудови підготовки на різних етапах багатолітнього удосконалення. Основи управління підготовкою спортсменів у веслувальному спорті. Контроль у спортивному тренуванні. Моделювання і прогнозування у веслувальному спорті. Відбір та орієнтація спортсменів у веслувальному спорті. Організаційне забезпечення підготовки веслувальників.

Запланована навчальна діяльність: практичні заняття 51 год., самостійна робота – 69 год., разом – 120 год.

Форми (методи) навчання: практичні заняття та самостійна (індивідуальні) робота.

Форми оцінювання результатів навчання: тести.

Вид семестрового контролю: залік

Навчальні ресурси:

1. Академічне веслування. Правила змагань. за ред. Сябро М.І. К., 2008. 74 с.
2. Веслування на байдарках і каное та веслувальний слалом: [навчальна програма для ДЮСШ, СДЮШОР з веслування на байдарках и каное / ред. Ю. О. Воронцов, О. О. Чередниченко, Ю. М. Маслачков та ін.]. К., 2007. 104 с.
3. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте: учебник тренеров высшей квалификации. К.: Олимпийская литература, 2004. 853 с.
4. Правила змагань веслування на байдарках і каное. К.: «Деснянська правда», 2010. 40 с.
5. Теорія та методика викладання обраного виду спорту (Веслувальний спорт): навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту / О.А. Шинкарук, О.О. Чередниченко, Шульга Л.М., О. М. Русанова. К. : Олімпійська література, 2011. 128 с.
6. Модуль для дистанційного навчання. Режим доступу : http://dn.khnu.km.ua/dn/k_list.aspx?bk=T.
7. Електронна бібліотека Університету. Режим доступу : http://lib.khnu.km.ua/asp/php_f/page_lib.php.

Викладач: кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент Флерчук В.В.

ПІДВИЩЕННЯ СПОРТИВНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ З ВЕСЛУВАЛЬНОГО СПОРТУ ВИСОКОГО РІВНЯ

Тип (статус) дисципліни	Вибіркова
Освітній рівень	Перший (бакалаврський)
Мова викладання	Українська
Семестр	8 семестр
Кількість встановлених кредитів ЄКТС	4,0
Форма навчання для яких для яких викладається дисципліна	Денна

Результати навчання. Здобувач вищої освіти першого (бакалаврського) рівня, який успішно завершив вивчення дисципліни високого рівня, має: демонструвати вміння здійснювати заходи з організації й проведення спортивних змагань; показувати навички самостійної роботи, демонструвати критичне та самокритичне мислення; застосовувати у професійній діяльності знання анатомічних, фізіологічних, біохімічних, біомеханічних та гігієнічних аспектів занять фізичною культурою і спортом; застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати; застосовувати набуті теоретичні знання для розв'язання практичних завдань та змістовно інтерпретувати отримані результати.

Зміст навчальної дисципліни: Організаційне, педагогічне та медичне забезпечення підготовки спортсменів в у веслувальному спорті. Засоби відновлення і стимуляції працездатності в системі підготовки веслувальників. Позатренувальні і позазмагальні фактори в системі підготовки веслувальників. Харчування і харчові добавки в системі підготовки веслувальників. Допінг та травматизм у веслувальному спорті. Науково-методичне забезпечення підготовки спортсменів у веслувальному спорті. Педагогічні, медико-біологічні, психологічні методи оцінки підготовленості спортсменів. Організація та проведення учбово-тренувальних зборів у веслувальному спорті

Запланована навчальна діяльність: практичні заняття 54 год., самостійна робота – 66 год., разом – 120 год.

Форми (методи) навчання: практичні заняття та самостійна (індивідуальні) робота.

Форми оцінювання результатів навчання: тести.

Вид семестрового контролю: залік

Навчальні ресурси:

1. Академічне веслування. Правила змагань. за ред. Сябро М.І. К., 2008. 74 с.
2. Веслування на байдарках і каное та веслувальний слалом: [навчальна програма для ДЮСШ, СДЮШОР з веслування на байдарках и каное / ред. Ю. О. Воронцов, О. О. Чередниченко, Ю. М. Маслачков та ін.]. К., 2007. 104 с.
3. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте: учебник тренеров высшей квалификации. К.: Олимпийская литература, 2004. 853 с.
4. Правила змагань веслування на байдарках і каное. К.: «Деснянська правда», 2010. 40 с.
5. Теорія та методика викладання обраного виду спорту (Веслувальний спорт): навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. фіз. виховання і спорту / О.А. Шинкарук, О.О. Чередниченко, Шульга Л.М., О. М. Русанова. К. : Олімпійська література, 2011. 128 с.
6. Модуль для дистанційного навчання. Режим доступу : http://dn.khnu.km.ua/dn/k_list.aspx?bk=T.
7. Електронна бібліотека Університету. Режим доступу : http://lib.khnu.km.ua/asp/php_f/p1page_lib.php.

Викладач: кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент Флерчук В.В.