

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
**Волинський національний університет імені Лесі Українки**  
**Факультет фізичної культури, спорту та здоров'я**  
**Кафедра теорії спорту та фізичної культури**


**СИЛАБУС**  
**вибіркового освітнього компонента**  
**ТРЕНУВАЛЬНІ ЦЕНТРИ В СИСТЕМІ СПОРТИВНОЇ ПІДГОТОВКИ**  
**Підготовки другого (магістерського) рівня вищої освіти**

**Луцьк – 2025**

Силабус освітнього компонента «Тренувальні центри в системі спортивної підготовки» другого (магістерського) рівня вищої освіти

**Розробник:** Бичук О.І., професор кафедри теорії спорту та фізичної культури, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, професор

**Погоджено**

Гарант освітньо-професійної програми: —  Романюк В.П.

**Силабус освітнього компонента затверджено на засіданні кафедри теорії спорту та фізичної культури**

протокол № 1 від 29.08.2025 р.

Завідувач кафедри:  Альошина А.І.

## I. Опис освітнього компонента

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітньо-професійна програма, освітній ступінь	Характеристика освітнього компонента
Денна форма здобуття освіти	А Освіта, А7 «Фізична культура і спорт», Другий (магістрський)	<b>Вибірковий</b>
Кількість годин/кредитів <b>120/4</b>		Рік навчання 1
ІНДЗ: немає		Семестр 2-ий
		Лекції 10 год.
		Практичні 14 год.
		Самостійна робота 88 год.
		Консультації 8 год.
<b>Форма контролю: залік</b>		
<b>Мова навчання українська</b>		

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітньо-професійна програма, освітній ступінь	Характеристика освітнього компонента
Заочна форма здобуття освіти	А Освіта, А7 «Фізична культура і спорт», Другий (магістерський)	<b>Вибірковий</b>
Кількість годин/кредитів <b>120/4</b>		Рік навчання 1
ІНДЗ: немає		Семестр 2-ий
		Лекції 4 год.
		Практичні 6 год.
		Самостійна робота 96 год.
		Консультації 14 год.
<b>Форма контролю: залік</b>		
<b>Мова навчання українська</b>		

## II. Інформація про викладача

ППП Бичук Олександр Іванович

Науковий ступінь кандидат наук з фізичного виховання та спорту

Вчене звання професор

Посада професор кафедри теорії спорту та фізичної культури

Контактна інформація роб. тел. (0332) 242068, [Bychuk.Oleksandr@vnu.edu.ua](mailto:Bychuk.Oleksandr@vnu.edu.ua)

Дні занять <http://194.44.187.20/cgi-bin/timetable.cgi>

## III. Опис освітнього компонента

1. Освітній компонент «Тренувальні центри в системі спортивної підготовки» належить до циклу вибіркового освітнього компонента підготовки магістра, вивчається в другому семестрі, формою підсумкового контролю є залік. На вивчення освітнього компонента відведено 4 кредити (120 годин), у тому числі: 10 годин лекційних, 14 годин практичних, 8 годин консультацій та 88 годин самостійної роботи.

Професійний спорт в Україні протягом періоду свого існування неодноразово переносив як підйоми, так і різкі кризи. Сьогодні, завдяки входженню держави у світове і європейське співтовариства, ми знову бачимо підвищення уваги до професійного спорту. З розвитком та посиленням конкуренції, зацікавлені в загальнокомандному успіху своїх збірних команд, прагнуть сформувати та використовувати тренувальні центри для системи олімпійської підготовки, що забезпечують сприятливі умови для розвитку конкурентоспроможних спортсменів.

## 2. Мета і завдання освітнього компонента

Метою вивчення ВОК «Тренувальні центри в системі спортивної підготовки» є сприяння здобувачам вищої освіти в опануванні базових знань з використання тренувальних центрів, спортивних споруд, спеціального обладнання та інвентарю, історії розвитку спортивного будівництва, їх експлуатації під час організації і проведення навчально-тренувальних занять та змагань спортсменів.

Завдання освітнього компонента:

- набути знання з історії розвитку тренувальних центрів;
- набути базові знання про тренувальні центри, спортивні споруди, обладнання та інвентар, застосовувати у практичній діяльності;
- опанувати державні документи, що стосуються експлуатації тренувальних центрів;
- застосовувати набуті знання для розв'язання практичних завдань у тренувальному процесі.

3. **Soft skills:** вміння налагоджувати міжособистісні контакти; вміння працювати в команді; креативність; вміння прогнозувати, гнучкість, швидка адаптація до змін та ін.

## 4. Структура освітнього компонента

### *Денна форма здобуття освіти*

Назви змістових модулів і тем	Усього	Лек.	Прак.	Сам. роб.	Конс.	Форма Контролю/ Бали
<b>Змістовий модуль I. Загальні основи тренувальних центрів</b>						
Тема 1. Тренувальні центри: зміст, завдання, функції	18	2	2	12	2	ДС, ПР, ДБ/10
Тема 2. Тренувальні центри в Україні	17	2	2	12	1	ДС, ПР, ДБ/10
Тема 3. Спортивні тренувальні центри в системі підготовки спортсменів	17	2	2	12	1	ДС, ПР, ДБ/10
Тема 4. Тренувальні центри в системі підготовки спортсменів в США, Канади	16		2	13	1	ДС, ПР, ДБ/10
Тема 5. Тренувальні центри в системі підготовки спортсменів в Італії, Японії	16		2	13	1	ДС, ПР, ДБ/10
Тема 6. Спортивні тренувальні центри в системі підготовки спортсменів у Франції	18	2	2	13	1	ДС, ПР, ДБ/10
Тема 7. Спортивні тренувальні центри в системі підготовки спортсменів в Австралії	18	2	2	13	1	ДС, ПР, ДБ/10
<b>Види підсумкових робіт</b>						Бал
Контрольна робота						КР/Т/30
<b>Всього годин/ Балів</b>	120	10	14	88	8	100

## Заочна форма здобуття освіти

Назви змістових модулів і тем	Усього	Лек.	Прак.	Сам. роб.	Конс.	Форма Контролю/ Бали
<b>Змістовий модуль I. Загальні основи тренувальних центрів</b>						
Тема 1. Тренувальні центри: зміст, завдання, функції. Тренувальні центри в Україні. Спортивні тренувальні центри в системі підготовки спортсменів	58	2	2	48	6	ДС, ПР, ДБ/30
Тема 2. Тренувальні центри в системі підготовки спортсменів в США, Канади. Тренувальні центри в системі підготовки спортсменів в Італії, Японії. Спортивні тренувальні центри в системі підготовки спортсменів у Франції. Спортивні тренувальні центри в системі підготовки спортсменів в Австралії	62	2	4	48	8	ДС, ПР, ДБ/40
						70
						Бал
Контрольна робота						КР/Т/30
<b>Всього годин/ Балів</b>	120	4	6	96	14	100

*Методи та форми контролю:* ДС – дискусія, ДБ – дебати, Т – тести, ТР – тренінг, РЗ/К – розв’язування задач/кейсів, ІНДЗ/ІРС – індивідуальне завдання/індивідуальна робота здобувача освіти, РМГ – робота в малих групах, МКР/КР – модульна контрольна робота/ контрольна робота, Р – реферат, а також аналітична записка, аналітичне есе, аналіз твору тощо.

### 5.Завдання для самостійного опрацювання

№	Тема	Кількість годин Денна/за очна
<b>Змістовий модуль I. Загальні основи тренувальних центрів</b>		
1.	Проаналізувати «Тренувальні центри в системі спортивної підготовки», як наукова та навчальна дисципліна	12/13
2.	Описати тренувальні центри в Україні	12/13
3.	Проаналізувати спортивні тренувальні центри в системі підготовки спортсменів	12/14
4.	Проаналізувати тренувальні центри в системі підготовки спортсменів в США,	13/14
5.	Проаналізувати тренувальні центри в системі підготовки спортсменів в Японії	13/14
6.	Проаналізувати спортивні тренувальні центри в системі підготовки спортсменів у Франції	13/14
7.	Проаналізувати спортивні тренувальні центри в системі підготовки спортсменів в Австралії	13/14
	Всього	88/96

### IV. Політика оцінювання

Оцінювання знань здобувачів освіти ВОК «Тренувальні центри в системі спортивної підготовки» здійснюється на основі результатів поточного і підсумкового модульного контролю знань згідно «Положення про поточне та підсумкове оцінювання знань здобувачів освіти Волинського національного університету імені Лесі Українки». Завдання поточного

контролю – перевірка навчальних досягнень здобувачів освіти. Завдання підсумкового модульного контролю – перевірка розуміння і засвоєння здобувачами освіти програмового матеріалу загалом, логіки та взаємозв'язків між окремими розділами, здатності творчого використання засвоєних знань, уміння сформулювати своє ставлення до певної проблеми ОК тощо. Оцінювання здійснюється за **100-бальною** шкалою.

Формою контролю вивчення ВОК «Тренувальні центри в системі спортивної підготовки» є залік. Максимальна кількість балів за поточний контроль з освітнього компонента – 100 балів. Поточний контроль здійснюється під час проведення практичних занять і має за мету перевірку рівня підготовленості здобувачів освіти до виконання конкретної роботи.

Поточний контроль реалізується в різних формах, зокрема опитування, робота в малих групах, індивідуальна робота, виступи на практичних заняттях, участь у дискусіях та дебатах, експрес-контроль, перевірка результатів виконання різноманітних індивідуальних науково-дослідних завдань, контроль засвоєння того навчального матеріалу, який заплановано на самостійне опрацювання здобувачем, тощо. Максимальний бал за кожну з форм роботи визначено у таблиці 2 силабуса освітнього компонента.

Результат самостійної роботи здобувачів освіти оцінюється на практичних заняттях із відповідної теми. За активність на заняттях здобувач освіти може додатково отримати до 20 % максимального поточного бала, але при цьому сума поточних балів за семестр не повинна перевищувати, як правило, 100. За рішенням кафедри здобувачам освіти, які брали участь у роботі конференцій, підготовці наукових публікацій, в олімпіадах, конкурсах студентських наукових робіт й досягли значних результатів, може бути присуджено додаткові (бонусні) бали, які зараховуються як результати поточного контролю. Систему бонусних балів погоджує науково-методична комісія факультету.

Оцінювання знань здобувачів освіти здійснюється під час поточного контролю за результатами виконання тих видів робіт, які визначені силабусом ОК (оцінювання за шкалою від 0 до 100). У випадку, якщо здобувач освіти не відвідував окремі аудиторні заняття (з поважних причин), він має право відпрацювати пропущені заняття на консультаціях за графіком, затвердженим на засіданні кафедри соціальної роботи та педагогіки вищої школи та добрати ту кількість балів, яку було визначено на пропущені теми. У дату складання заліку викладач записує у відомість суму поточних балів, які здобувач освіти набрав під час поточної роботи.

У випадку, якщо здобувач освіти протягом поточної роботи набрав менше як 60 балів, він складає залік під час ліквідації академічної заборгованості. У цьому випадку бали, набрані під час поточного оцінювання анулюються. Максимальна кількість балів на залік під час ліквідації академічної заборгованості, як правило, 100.

**Політика щодо дедлайнів та перескладання.** Якщо здобувач освіти не відвідував окремі аудиторні заняття – на консультаціях він має право відпрацювати пропущені заняття та добрати відповідну кількість балів, які були визначені на дану тему заняття. Перескладання відбувається із дозволу деканату за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний).

**Політика щодо академічної доброчесності.** Дотримання академічної доброчесності здобувачами освіти передбачає:

- самостійне виконання навчальних завдань, завдань поточного та підсумкового контролю результатів навчання (для осіб з особливими освітніми потребами ця вимога застосовується з урахуванням їхніх індивідуальних потреб і можливостей);
- посилення на джерела інформації у разі використання ідей, розробок, тверджень, відомостей;
- дотримання норм законодавства про авторське право і суміжні права;

- надання достовірної інформації про результати власної освітньої (наукової, творчої) діяльності, використанні методики досліджень і джерела інформації».

Виявлення ознак академічної недоброчесності в письмовій роботі здобувача освіти є підставою для її незарахування, незалежно від масштабів плагіату чи обману. Списування під час контрольних та самостійних робіт, іспиту заборонені (зокрема, з використанням мобільних девайсів). Жодні форми порушення академічної доброчесності не толеруються. У випадку таких подій – реагування відповідно до Кодексу академічної доброчесності Волинського національного університету імені Лесі Українки.

**Політика щодо відвідування.** Відвідування занять є обов'язковим. За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, навчання за програмою подвійного диплома, з використанням елементів дуальної форми здобуття освіти, міжнародне стажування) навчання може відбуватись за індивідуальним графіком (в онлайн режимі за погодженням із деканом факультету).

**Визнання результатів навчання, отриманих здобувачами вищої освіти у неформальній та/або інформальній освіті,** здійснюється на добровільній основі та передбачає підтвердження того, що здобувач досяг результатів навчання, передбачених ОПП, за якою він навчається. Визнанню можуть підлягати такі результати навчання, отримані в неформальній освіті, які за тематикою, обсягом вивчення та змістом відповідають як освітньому компоненту в цілому, так і його окремому розділу, темі (темам), індивідуальному завданню, курсовій роботі (проекту), контрольній роботі тощо, які передбачені програмою (силабусом) освітнього компонента (Положення про визнання результатів навчання, отриманих у формальній, неформальній та/або інформальній освіті у ВНУ імені Лесі Українки).

## **V. Підсумковий контроль**

Формою підсумкового контролю є залік, що полягає в оцінці знань здобувачів освіти під час поточного контролю за результатами виконання тих видів робіт, які передбачені силябусом освітнього компонента в діапазоні від 0 до 100 балів. Мінімальна позитивна кількість балів – 60.

Здобувач освіти може додатково скласти на консультаціях із викладачем ті теми, які він пропустив протягом семестру (з поважних причин), таким чином покращивши свій результат рівно на ту суму балів, яку було виділено на пропущені теми. У дату складання заліку викладач записує у відомість суму поточних балів, які здобувач освіти набрав під час поточної роботи (шкала від 0 до 100 балів).

У випадку, якщо здобувач освіти набрав менше ніж 60 балів, він складає залік під час ліквідації академічної заборгованості. У цьому випадку бали, набрані під час поточного оцінювання, анулюються. Максимальна кількість балів під час ліквідації академічної заборгованості з заліку, як правило, – 100.

## **Питання до заліку**

1. Визначте мету, завдання та функції тренувального центру.
2. Опишіть системну модель тренувального центру олімпійської підготовки.
3. Проаналізуйте структуру, діяльність, заходи Українського центру з фізичної культури і спорту осіб з інвалідністю «Інваспорт»
4. Проаналізуйте структуру, діяльність, заходи Західного реабілітаційно-спортивного центру
5. Проаналізуйте структуру, діяльність, заходи Олімпійського навчально-спортивного центру Конча-Заспа

6. Проаналізуйте структуру, діяльність, заходи Всеукраїнського реабілітаційно-відновлювального спортивного центру

7. Проаналізуйте структуру, діяльність, заходи Всеукраїнського центру фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх»

8. Проаналізуйте діяльність та заходи Волинського обласного центру фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх»

9. Проаналізуйте структуру, діяльність та заходи тренувального центру України на ваш вибір

10. Охарактеризуйте тренувальні центри в системі підготовки спортсменів в США

11. Охарактеризуйте тренувальні центри в системі підготовки спортсменів Канади

12. Опишіть спортивні тренувальні центри в системі підготовки спортсменів Німеччини

13. Охарактеризуйте спортивні тренувальні центри в системі підготовки спортсменів Великої Британії

14. Проаналізуйте тренувальні центри в системі підготовки спортсменів Італії

15. Охарактеризуйте тренувальні центри в системі підготовки спортсменів Норвегії

16. Охарактеризуйте тренувальні центри в системі підготовки спортсменів в Нідерландах

17. Охарактеризуйте тренувальні центри в системі підготовки спортсменів в Китаї

18. Охарактеризуйте тренувальні центри в системі підготовки спортсменів Японії.

19. Охарактеризуйте тренувальні центри в системі підготовки спортсменів Республіки Корея

20. Спортивні тренувальні центри в системі підготовки спортсменів у Франції

21. Мета і завдання Національного інституту спорту і фізичного виховання Франції

22. Тренувальні центри в системі підготовки спортсменів в Австралії

## VI. Шкала оцінювання

### Критерії оцінювання під час аудиторних занять

**10 балів** - Оцінюється робота здобувача вищої освіти, який у повному обсязі володіє навчальним матеріалом за відповідною темою, вільно, самостійно та аргументовано його викладає, глибоко та всебічно розкриває зміст теоретичних запитань та практичних завдань, в т.ч. самостійної роботи, використовуючи при цьому обов'язкову та додаткову літературу, вільно послуговується науковою термінологією, розв'язує задачі стандартним або оригінальним способом, наводить аргументи на підтвердження власних думок, здійснює аналіз та робить висновки за умови особистого представлення виконаного завдання на практичному занятті.

**8 балів** - Оцінюється робота здобувача вищої освіти, який достатньо повно володіє навчальним матеріалом за відповідною темою, обґрунтовано його викладає, в основному розкриває зміст теоретичних запитань та практичних завдань, в т.ч. самостійної роботи, використовуючи при цьому обов'язкову літературу, розв'язує задачі стандартним способом, послуговується науковою термінологією. Але при висвітленні деяких питань не вистачає достатньої глибини та аргументації, допускаються при цьому окремі неістотні неточності та незначні помилки.

**6 балів** - Оцінюється робота здобувача вищої освіти, який не повно володіє навчальним матеріалом за відповідною темою, в основному розкриває зміст теоретичних запитань та практичних завдань, в т.ч. самостійної роботи, використовуючи при цьому обов'язкову літературу, розв'язує задачі стандартним способом, послуговується науковою термінологією. Але при висвітленні деяких питань не вистачає достатньої глибини та аргументації, допускаються при цьому окремі неточності та помилки.

**4 бали** - Оцінюється робота здобувача вищої освіти, який відтворює значну частину навчального матеріалу за відповідною темою, висвітлює його основний зміст, виявляє елементарні знання окремих положень та понять. Не здатний до глибокого, всебічного аналізу, обґрунтування та аргументації, не користується необхідною літературою, допускає істотні неточності та помилки.

**2 бали** - Оцінюється робота здобувача вищої освіти, який слабо володіє навчальним матеріалом за відповідною темою та не в змозі його висвітлити, не розуміє, або слабо розуміє зміст теоретичних питань та практичних завдань, однак присутній на практичному занятті та бере участь в інтерактивній взаємодії.

**0 балів** - Оцінюється робота здобувача освіти, який не володіє навчальним матеріалом за відповідною темою та не в змозі його висвітлити, не розуміє змісту теоретичних питань та практичних завдань.

### Шкала оцінювання знань здобувачів освіти з освітніх компонентів, де формою контролю є залік

Оцінка в балах	Лінгвістична оцінка
90–100	Зараховано
82–89	
75–81	
67–74	
60–66	
0–59	
	Незараховано (необхідне перекладання)

### VII. Рекомендована література

#### Основна

1. Банько В.Г. Будівлі, споруди та обладнання туристських комплексів: навчальний посібник. Дакор, 2018. 328 с.

2. Борисова О. Національні тренувальні центри в системі підготовки професійних тенісистів Китаю. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2021. № 3. С. 8-13.

3. Всеукраїнський центр фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх». URL : <https://sportforall.gov.ua/>

4. Гораш К.В., Семенишена Р.В. Наукові підходи до інноваційного проектування у системі професійної підготовки фахівців. *Професійно-прикладні дидактики*. 2025. №1. С. 21–27.

5. Довгенько Ю. Сучасні підходи до обліку спортивних споруд в Україні. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2020. № 3. С. 11-13.

6. Ковальчук Н.М., Мороз М.С., Суворова Т.І. Діяльність Волинського обласного та місцевих центрів фізичного здоров'я населення «Спорт для всіх». *Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення: мат. XII Міжнарод. наук.-практ. конференції (23-24 квітня)*. Львів, 2020. С. 148 – 151.

7. Маленюк Т.В. Спортивні споруди і обладнання : навч. посібник. Кропивницький : Видавець Лисенко В.Ф., 2019. 152 с.

8. Міністерство молоді та спорту України. URL : <https://mms.gov.ua/>

## Допоміжна

1. Japan High performance Sport Center. URL : <https://www.jpnsport.go.jp/corp/english/activities/tabid/393/default.aspx>
2. John J. Siegfried, Andrew Zimbalist. The Economics of Sports Facilities and Their Communities. *Journal of economic perspectives*. 2000. VOL. 14. №. 3. Pp. 95-114.
3. OlympicLab: спортивна наука як стратегічна відповідь на виклики війни. URL : <https://mms.gov.ua/news/olympiclab-sportyvna-nauka-ia-k-stratehichna-vidpovid-na-vyklyky-viiny>
4. Sports Facilities and Utilities: A Perceptual Analysis of Secondary School Students. *Research Journal of Social Sciences & Economics Review*. 2021. № 2(1). Pp. 292-302.
5. THE BEST OLYMPIC TRAINING CENTERS IN AMERICA. URL : <HTTPS://SPORTSPANNINGGUIDE.COM/ELITE-8-BEST-OLYMPIC-TRAINING-FACILITIES-AMERICA/>
6. Андрєєва О., Гакман А., Волосюк, А. Напрями діяльності фітнес клубів у залученні внутрішньо переміщених осіб. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15*. 2023. № 4(163). С. 30-34.
7. Бріскін Ю.А. Теоретико-методичні основи інваспорту. URL : <file:///C:/Users/Admin/Downloads/%D0%AE.%20%D0%91%D1%80%D1%96%D1%81%D0%BA%D1%96%D0%BD.pdf>
8. Західний реабілітаційно-спортивний центр Національного комітету спорту інвалідів України. Міністерство молоді та спорту України. URL : <https://mms.gov.ua/invasport/reabilitacijno-sportivni-centri/zahidnij-reabilitacijno-sportivnij-centr-nacionalnogo-komitetu-sportu-invalidiv-ukrayini>
9. Інноваційні технології фізичного виховання і спорту: навч. посіб. / Укладач: О. В. Юденко. К.: Національний університет оборони України, 2024. 360 с.
10. Кошура А.В. Теорія і методика спортивних тренувань : навч. посіб. Чернівці : Чернівець. нац. ун-тім. Ю.Федьковича, 2021. 120с.
11. Крамський С. Спортивні споруди як один з основних чинників формування фізичної культури студентів. *Фізичне виховання студентів творчих спеціальностей*. 2022. №3. С.138-145.
12. Національний центр паралімпійської і дефлімпійської підготовки та реабілітації інвалідів м. Євпаторія. URL : <https://mms.gov.ua/invasport/reabilitacijno-sportivni-centri/nacionalnij-centr-paralimpijskoyi-i-deflimpijskoyi-pidgotovki-ta-reabilitaciyi-invalidiv-m-yevpatoriya>
13. Решетило С. Спортивно-фізкультурні споруди та обладнання: навч. посіб. URL : [https://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/4473/1/%D0%A1%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82\\_%D1%84%D1%96%D0%B7\\_%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%83%D0%B4%D0%B8\\_%D1%96\\_%D0%BE%D0%B1%D0%BB%D0%B0%D0%B4%D0%BD.pdf](https://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/4473/1/%D0%A1%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82_%D1%84%D1%96%D0%B7_%D1%81%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%83%D0%B4%D0%B8_%D1%96_%D0%BE%D0%B1%D0%BB%D0%B0%D0%B4%D0%BD.pdf)