

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
КАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ  
ВАСИЛЯ СТЕФАНІКА**



**Факультет фізичного виховання і спорту  
Кафедра спортивно-педагогічних дисциплін**

**СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ  
СИСТЕМА, КОНТРОЛЬ ТА КОРИГУВАННЯ ПІДГОТОВКОЮ  
СПОРТСМЕНІВ**

Освітня програма Фізична культура і спорт  
другий (магістерський) рівень  
Спеціальність А7 Фізична культура і спорт  
Галузь знань А Освіта

Затверджено на засіданні  
кафедри спортивно-педагогічних дисциплін  
Протокол № 7 від «30» грудня 2025 р.

м. Івано-Франківськ – 2025

## 1. Загальна інформація

Назва дисципліни	Система, контроль та коригування підготовкою спортсменів
Викладач (і)	Римик Роман Васильович
Контактний телефон викладача	+380509341387
E-mail викладача	<a href="mailto:https://roman.rymyk@cnu.edu.ua">https://roman.rymyk@cnu.edu.ua</a>
Формат дисципліни	Очний/заочний
Обсяг дисципліни	3 кредити ЄКТС, 90 год.
Посилання на сайт дистанційного навчання	<a href="https://d-learn.pnu.edu.ua">https://d-learn.pnu.edu.ua</a>
Консультації	Консультації здійснюються згідно розкладу, який затверджується на кафедрі спортивно - педагогічних дисциплін на початку семестру. Асинхронна комунікація здійснюється впродовж усього процесу вивчення дисципліни, в межах робочого часу на <a href="https://d-learn.pnu.edu.ua">https://d-learn.pnu.edu.ua</a>

## 2. Анотація до навчальної дисципліни

Теорія підготовки спортсменів дозволяє забезпечити таку систематизацію знань, яка відрізняється функціональною повнотою, дозволяє отримати обсяг знань, накопичених в теорії спортивного тренування, фізіології, морфології, психології тощо. Теорія підготовки спортсменів розвивається під впливом низки загальнонаукових дисциплін та теорій.

Напрямок управління та контроль підготовки спортсменів об'єднують галузь знань, що в останні два десятиліття інтенсивно розроблялись. Це зумовлено проявом загальної тенденції й об'єктивізації системи підготовки спортсменів, упровадженням досягнень науково-технічного прогресу.

**Предмет** вивчення навчальної дисципліни «Система, контроль та коригування підготовкою спортсменів» становлять: загальні основи управління підготовкою спортсмена, умови здійснення управління, види управління, мета і предмет контролю, види контролю, використання педагогічного спостереження як методу контролю та корекції спортивного тренування, використання методу пульсометрії під час контролю за станом спортсмена, використання сучасного наукового обладнання у процесі контролю підготовки спортсменів, вимоги до показників для використання в процесі контролю, контроль різних сторін підготовленості, використання тестів у процесі контролю фізичної підготовленості спортсменів.

Одне з головних **завдань** дисципліни - підготувати майбутнього магістра у своїй майбутній діяльності навчати студентів інтегрувати знання, одержані в суміжних курсах і окремих методиках, знаходити шляхи реалізації міжпредметних зв'язків цих знань у педагогічній та тренерській діяльності з фізичного виховання і спорту.

## 3. Мета та цілі навчальної дисципліни

**Метою** навчальної дисципліни «Система, контроль та коригування підготовкою спортсменів» є вивчення студентами і магістрантам основних проблем системи підготовки та контролю за підготовкою спортсменів, формування знань та умінь, необхідних для успішної діяльності майбутніх тренерів з виду спорту та викладачів фізичної культури.

#### 4. Програмні компетентності та результати навчання

<b>Компетентності</b>
<p>КК. Здатність розв'язувати задачі дослідницького та/або інноваційного характеру у сфері фізичної культури і спорту.</p> <p>СК2. Здатність розробляти та реалізовувати інноваційні проєкти у сфері фізичної культури і спорту.</p> <p>СК5. Здатність розв'язувати проблеми у сфері фізичної культури та спорту у нових або незнайомих середовищах за наявності неповної або обмеженої інформації з урахуванням аспектів соціальної та етичної відповідальності.</p> <p>СК8. Здатність впроваджувати у практичну діяльність результати наукових досліджень, спрямованих на вирішення прикладних завдань у сфері фізичної культури і спорту.</p>
<b>Програмні результати навчання</b>
<p>ПР2. Приймати ефективні рішення щодо вирішення проблем у сфері фізичної культури та спорту, генерувати та порівнювати альтернативи, оцінювати ризики та ресурсні потреби.</p> <p>ПР6. Відшукувати необхідну інформацію у науковій літературі, базах даних, інших джерелах, аналізувати та оцінювати цю інформацію.</p>

#### 5. Організація навчання

Обсяг навчальної дисципліни			
Вид заняття		Загальна кількість годин 90	
лекції		14	
семінарські заняття / <b>практичні</b> / лабораторні		16	
самостійна робота		60	
Ознаки навчальної дисципліни			
Семестр	Спеціальність	Курс (рік навчання)	Нормативний / вибірковий
2	A7 Фізична культура і спорт	1	Вибіркова
Тематика навчальної дисципліни			
Тема	Кількість год. 90		
	Лекції	Практичні заняття	Сам. робота
Тема 1. Основи управління в системі підготовки спортсменів.	2	2	8
Тема 2. Види контролю в системі підготовки спортсменів.	2	2	8
Тема 3. Використання тестів у процесі контролю фізичної підготовленості спортсменів.	2	2	8
Тема 4. Педагогічне спостереження як метод контролю та корекції спортивного тренування.	2	2	8
Тема 5. Контроль за станом спортсмена із застосуванням методу пульсометрії.	2	2	10
Тема 6. Сучасне наукове обладнання для контролю підготовки спортсменів.	2	2	8
Тема 7. Контроль різних сторін підготовленості.	2	4	10
<b>Всього</b>	<b>14</b>	<b>16</b>	<b>60</b>

## 6. Система оцінювання курсу

Накопичування балів під час вивчення дисципліни		
Види навчальної роботи		Максимальна кількість балів
<b>Практичні навички</b>	Робота на парах	<b>50</b>
<b>Теоретичні знання</b>	Тестування, усна відповідь	<b>20</b>
<b>Самостійна робота</b>	Індивідуальні завдання, КСР	<b>30</b>
Максимальна кількість балів		<b>100</b>

### Оцінювання відповідно до графіку навчального процесу

Види навч. роботи	Графік навчального процесу								КСР	ІЗ	Разом
	Номер практичного заняття										
	1	2	3	4	5	6	7-8				
<b>Т</b>	100		100		100		100				<b>10</b>
<b>УВ</b>	100	100	100	100	100	100	100				<b>10</b>
<b>ПН</b>	100	100	100	100	100	100	100				<b>50</b>
<b>СР</b>								<b>100</b>	<b>100</b>		<b>30</b>
<b>Разом</b>										<b>100</b>	

*Примітка. Позначено:*

Т – тестовий контроль знань;

УВ – усна відповідь;

ПН – практичні навички;

СР – самостійна робота;

КСР - контроль самостійної роботи.

Оцінювання відповідей студентів на практичних і семінарських заняттях відбувається за **100 бальною шкалою**.

**Підсумкова оцінка за вивчення дисципліни** складається із математичної суми балів за практичні навички (оцінка виставляється у 100-бальній шкалі і множить на ваговий коефіцієнт 0,5, відповідно максимальний бал за **практичні навички** може скласти **50 балів**), отриманих балів за **самостійну роботу** (оцінка виставляється у 100-бальній шкалі і множить на ваговий коефіцієнт 0,3, відповідно максимальний бал за самостійну роботу може скласти **30 балів**), оцінки за **теоретичні знання** (оцінка виставляється у 100-бальній шкалі і множить на ваговий коефіцієнт 0,2, відповідно максимальний бал може скласти **20 балів**).

**Теоретичні знання** студентів оцінюються шляхом тестування та їх усної відповіді на заняттях. Максимальна кількість балів за даний вид робіт становить – **20 балів**.

**Тестовий контроль** рівня знань студентів проводиться під час кожного практичного заняття і реалізується в системі дистанційного навчання або на паперових носіях.

Максимальна кількість балів, набрана під час тестового контролю на кожному практичному занятті, становить 100 (виставляється згідно % правильних відповідей).

Проходження всіх тестових завдань є обов'язковим для кожного студента.

На кожному занятті студент може отримати оцінку за **усну відповідь** (УВ), участь у дискусії, розв'язування ситуаційних задач тощо. Максимально можлива кількість балів під час кожного заняття – 100.

Під час **практичних занять** студенти виконують практичні роботи з метою

оволодіння практичними навиками (ПН). За кожним тематичним модулем передбачено виставлення оцінки за практичні навиками. Оцінка виставляється за результатами виконання практичних видів робіт. Виконання всіх видів практичних робіт і здача супровідної документації є обов'язковою для усіх студентів. Максимально можлива кількість балів, яку може отримати студент за **практичні навиками** становить **50 балів**.

Оцінка **самостійної роботи студентів** здійснюється шляхом тестування **КСР** та виконання **індивідуальних завдань**. Максимальна кількість балів за даний вид робіт становить – **30 балів**.

**Індивідуальне завдання** (ІЗ) є обов'язковим для виконання кожним студентом. Реалізується виконання індивідуального завдання шляхом підготовки та оприлюднення презентації-доповіді згідно обраної тематики.

Тематика для індивідуальних завдань є розроблена у відповідності до актуальних питань галузі та згідно програмного матеріалу курсу.

Можливе формулювання індивідуальної теми за межами пропонованої тематики з урахуванням бажання студентів, їх існуючих вмінь, навиків та уподобань, імовірного майбутнього працевлаштування, а також спортивної спеціалізації. Відбувається це за результатами індивідуальної співбесіди.

Максимально можлива кількість балів за індивідуальне завдання -100.

Індивідуальні завдання оприлюднюються у вигляді доповіді - презентації на відповідному практичному занятті згідно встановлених дат і термінів. Якщо індивідуальне завдання не було представлено вчасно без поважної причини, отримати максимальну кількість балів неможливо.

**Контроль самостійної роботи** (КСР) відбувається згідно затвердженого університетом графіка навчального процесу за розкладом.

Для цього студент має самостійно опрацювати програмові питання у відповідності до теми.

З темами, які виносяться на контроль самостійної роботи, студент знайомиться на початку семестру. У методичних рекомендаціях до контролю самостійної роботи вказується тема (и), перелік програмових питань, які студент має опанувати, літературні джерела для опрацювання та інші матеріали за необхідності.

Контроль самостійної роботи реалізується шляхом проходження тестування на платформі дистанційного навчання або на паперових носіях.

Максимально можлива кількість балів, яку студент може набрати під час тестового контролю самостійної роботи – 100.

#### **Критерії оцінювання за 100-бальною шкалою:**

**90-100 балів** – Студент вільно володіє навчальним матеріалом; висловлює свої думки; творчо виконує індивідуальні та колективні завдання; самостійно знаходить додаткову інформацію та використовує її для реалізації поставлених перед ним завдань; вільно використовує нові інформаційні технології для поповнення власних знань; комунікативні уміння та навички сформовані на високому рівні; може аргументовано обрати раціональний спосіб виконання завдання і оцінити результати власної практичної діяльності; виконує завдання, не передбачені навчальною програмою; вільно використовує знання для розв'язання поставлених перед ним завдань.

**80-89 балів** – Студент вільно володіє навчальним матеріалом, застосовує знання на практиці; узагальнює і систематизує навчальну інформацію, але допускає незначні помилки у порівняннях, формулюванні висновків, застосуванні теоретичних знань на практиці; за зразком самостійно виконує практичні завдання, передбачені програмою; має стійкі навички виконання завдань.

**70-79 балів** - Студент вільно володіє навчальним матеріалом, застосовує знання на практиці; узагальнює і систематизує навчальну інформацію, але допускає помилки у порівняннях, формулюванні висновків, застосуванні теоретичних знань на практиці; за зразком самостійно виконує практичні завдання, передбачені програмою, допускаючи незначні помилки.

**60-69 балів** - Студент володіє навчальним матеріалом поверхово; ознайомлений з основними поняттями навчального матеріалу; комунікативні уміння та навички сформовані частково; під час відповіді плутає поняття, непереконливо відповідає, додаткові питання викликають невпевненість; планує та виконує частину завдань з допомогою викладача.

**50-69 балів** – Студент володіє навчальним матеріалом поверхово, фрагментарно; на рівні запам'ятовування відтворює певну частину навчального матеріалу з елементами логічних зв'язків; знайомий з основними поняттями навчального матеріалу; комунікативні уміння та навички сформовані частково; під час відповіді допускаються суттєві помилки; має елементарні нестійкі навички виконання завдань; планує та виконує частину завдань за допомогою викладача.

**Менше 50 балів** – У студента не сформовані комунікативні уміння та навички; студент допускає велику кількість помилок, що ускладнює розуміння; студент не володіє навчальним матеріалом; виконує лише елементарні завдання, потребує постійної допомоги викладача.

### Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90 – 100	<b>A</b>	відмінно	зараховано
80 – 89	<b>B</b>	добре	
70 – 79	<b>C</b>		
60 – 69	<b>D</b>	задовільно	
50 – 59	<b>E</b>		
26 – 49	<b>FX</b>	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-25	<b>F</b>	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

### 7. Політика навчальної дисципліни

Академічна доброчесність	<p>Дотримання академічної доброчесності засновується на низці положень та принципів академічної доброчесності, що регламентують діяльність здобувачів вищої освіти та викладачів університету:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➢ <a href="#">Наказ 255 від 31.03.2025 про внесення змін до складу Комісії з питань етики і академічної доброчесності</a></li> <li>➢ <a href="#">Наказ 1099 від 31.12.24р. Про зміну в складі Комісії з етики та академічної доброчесності</a></li> <li>➢ <a href="#">Наказ №529 від 27.09.2022 р. “Про внесення змін і доповнень до діючих положень університету”</a></li> <li>➢ <a href="#">Наказ №530 від 27.09.2022 р. “Про введення в дію нової редакції Кодексу честі Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника”</a></li> <li>➢ <a href="#">Кодекс честі Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника.</a></li> <li>➢ <a href="#">Положення про Комісію з питань етики та академічної доброчесності Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника.</a></li> <li>➢ <a href="#">Положення про запобігання академічному плагіату в Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника.</a></li> <li>➢ <a href="#">Положення про запобігання академічному плагіату та іншим порушенням академічної доброчесності у навчальній та науково-</a></li> </ul>
--------------------------	--

	<p><u>дослідній роботі здобувачів освіти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ <u>Наказ 1093 про створення комісії</u></li> <li>➤ <u>Склад комісії з питань етики та академічної доброчесності Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника</u></li> <li>➤ <u>Лист МОН України “До питання уникнення проблем і помилок у практиках забезпечення академічної доброчесності”</u></li> <li>➤ <u>Корисні посилання</u></li> <li>➤ <u>Національне агентство із забезпечення якості вищої освіти: <a href="https://naqa.gov.ua/академічна-доброчесність/">https://naqa.gov.ua/академічна-доброчесність/</a></u></li> <li>➤ <u>Ініціатива академічної доброчесності та якості освіти <a href="https://academiq.org.ua/">https://academiq.org.ua/</a></u></li> <li>➤ <u>Закон України “Про запобігання корупції”- <a href="https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1700-18">https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1700-18</a></u></li> <li>➤ <u>Закон України «Про внесення змін до Закону України “Про запобігання корупції” щодо викривачів корупції» – <a href="https://zakon.rada.gov.ua/laws/main/198-IX">https://zakon.rada.gov.ua/laws/main/198-IX</a></u></li> <li>➤ <u>Викривачі корупції (відповіді на поширені запитання на сайті Національного агентства з питань запобігання корупції) – <a href="https://nazk.gov.ua/uk/departament-organizatsiyi-roboty-iz-zapobigannya-ta-vyuvlennya-koruptsiyi/metodychni-rekomendatsiyi/">https://nazk.gov.ua/uk/departament-organizatsiyi-roboty-iz-zapobigannya-ta-vyuvlennya-koruptsiyi/metodychni-rekomendatsiyi/</a></u></li> <li>➤ <u>Вебінари “Академічна доброчесність” – <a href="https://academiq.org.ua/vebinari-akademichna-dobrochesnist/">https://academiq.org.ua/vebinari-akademichna-dobrochesnist/</a></u></li> <li>➤ <u>Інформаційні бюлетені “Академічна доброчесність Infobulletin” в межах проєкту сприяння академічній доброчесності в Україні (Strengthening Academic Integrity in Ukraine Project – SAIUP) – <a href="https://academiq.org.ua/novyny/informatsiini-bulleteni/">https://academiq.org.ua/novyny/informatsiini-bulleteni/</a></u></li> </ul> <p>Ознайомитися з цими положеннями та документами можна за посиланням: <a href="https://pnu.edu.ua/polozhennia-pro-zapobihannia-plahiatu/">https://pnu.edu.ua/polozhennia-pro-zapobihannia-plahiatu/</a></p>
<p>Пропуски занять (відпрацювання)</p>	<p>Організація освітнього процесу у Карпатському національному університеті визначається <u>Положенням про організацію освітнього процесу та розробку основних документів з організації освітнього процесу у Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника (введено в дію наказом ректора № 417 від 03.07.2023 р.):</u></p> <p>Пропуски семінарських, практичних, лабораторних занять відпрацьовуються в обов’язковому порядку. Студент зобов’язаний відпрацювати пропущене заняття, щоб бути допущеним до здачі екзамену.</p> <p>Можливість і порядок відпрацювання пропущених студентом занять регламентується <u>«Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності здобувачів вищої освіти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника» (наказ ректора Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника від 19 травня 2023 р. № 309) – стор. 7.</u></p> <p>Ознайомитися з положенням можна за посиланням: <a href="https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/">https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</a></p>
<p>Виконання завдання пізніше встановленого терміну</p>	<p>У разі виконання завдання студентом пізніше встановленого терміну, без попереднього узгодження ситуації з викладачем, регламентується у відповідності до <u>«Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності студентів ДВНЗ “Прикарпатського національного університету ім. Василя Стефаника ” ( введено в дію наказом ректора №799 від 26.11.2019) »</u></p> <p>– стор. 4-5.</p> <p>Ознайомитися із положенням можна за посиланням: <a href="https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/">https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</a></p>

Невідповідна поведінка під час заняття	Невідповідна поведінка під час заняття регламентується рядом положень про академічну доброчесність (див. вище) та може призвести до відрахування здобувача вищої освіти (студента) «за порушення навчальної дисципліни і правил внутрішнього розпорядку вищого закладу освіти», відповідно до п.14 «Відрахування студентів» <a href="https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/">«Положення про порядок переведення, відрахування та поновлення студентів вищих закладів освіти»</a> – ознайомитися із положенням можна за посиланням: <a href="https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/">https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</a>
Неформальна освіта	Можливість зарахування результатів неформальної освіти регламентується <a href="https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/">«Положення про визнання результатів навчання, здобутих шляхом неформальної освіти, в Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника»</a> (введено в дію наказом ректора Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника від 24 листопада 2022 р. № 672) - <a href="https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/">https://nmv.pnu.edu.ua/нормативні-документи/polozhenja/</a>

## 8. Ресурсне забезпечення

Матеріально-технічне забезпечення	Мультимедіа (відеофайли, рисунки, схеми), туристичне обладнання та інвентар, таблиці та інше
<b>Рекомендована література</b>	
<p style="text-align: center;"><i>Основна</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Круцевич Т. Ю., Безверхня Г. В. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення. Київ : Олімп. літ., 2010. 248 с.</li> <li>2. Медико-біологічне забезпечення підготовки спортсменів збірних ко- манд України з олімпійських видів спорту: [навч.-метод. посіб.] / О. А. Шин- карук, О. М. Лисенко, Л. М. Гуніна та ін.; за заг. ред. О. А. Шинкарук. — К.: Олімп. л-ра, 2009. — 147 с.</li> <li>3. Платонов В. М. Фізична підготовка спортсмена / В. М. Платонов, М. М. Булатова. – К., 1995.</li> <li>4. Ровний А. С., Ровний В. А., Ровна О. О. Фізіологія рухової активності: підруч. [для студентів ВНЗ фіз. вих. і сп.]. Харків: [б. в.], 2014. 343 с.</li> <li>5. Римик Р.В, Римик В.Р., Маланюк Л.Б. Взаємозв'язок фізичного розвитку і фізичних якостей, як критерій відбору дітей до занять легкою атлетикою. Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура. 2017. Випуск 27-28.С. 265-270.</li> <li>6. Римик Р.В. Маланюк Л.Б., Синиця А.В. Професійна майстерність тренера. Навчально-методичні рекомендації для самостійної підготовки / Р.В. Римик, Л.Б. Маланюк, А.В. Синиця - Івано-Франківськ: В-ць Кушнір Г.М., 2019. - 96 с.</li> <li>7. Римик Роман, Маланюк Любомир, Синиця Андрій. Рівень розвитку швидкісно-силових здібностей учнів молодшого шкільного віку. Збірник матеріалів І регіональної науково-практичної конференції «Фізична культура в школі: стан та перспективи розвитку». ПНУім. Василя Стефаника. Івано-Франківськ, 2020. С. 56- 58 22. Горщук В.Т., Патрійчук А.В., Римик Р.В., Маланюк Л.Б. Розвиток витривалості у юних легкоатлетів на етапі попередньої базової спортивної підготовки. Олімпійський рух на теренах Західної України – минуле та сьогодення // Матеріали регіонального науково-методичного семінару / За заг. ред. Огністого А.В., Огністої К.М. – Тернопіль: В-во СМТ «ТАЙП», 2019. – С. 32-38</li> <li>8. Сергієнко Л. П. Тестування рухових здібностей школярів / Л. П. Сер- гієнко. — К.: Олімп. л-ра, 2000. — 438 с.</li> <li>9. Сергієнко Л. П. Тестування рухових здібностей школярів / Л. П. Сер- гієнко. — К.: Олімп. л-ра, 2001. — 439 с.</li> </ol>	

10. Шкретій Ю. М. Управління тренувальними і змагальними навантаженнями спортсменів високого класу / Ю. М. Шкретій. — К.: Олімп. л-ра, 2005. — 257 с.
11. Тягур Р.С., Синиця А.В., П'ятничук Г.О., Маланюк Л.Б., Римик Р.В. Педагогіка спорту: навчальний посібник. . 2 видання переробл. і доп. Івано-Франківськ, видавець Кушнір Г.М., 2024. 454 с. <https://surl.li/xaguov>
12. Клічко В. Особливості розробки системи комплексного педагогічного контролю на етапі початкової спортивної підготовки спортсменів. *Молода спортивна наука України*. 1997; pp. 92–94.
13. Ольховікова І. Контроль як основа управління процесом підготовки спортсменів в командних спортивних іграх. *Пробл Персп Розв Спорт Ігор Однборств у ЗВО*. 2024; pp. 15–23.
14. Система засобів контролю підготовленості у командних спортивних іграх з позиції системного підходу. *Спортивна наука та здоров'я людини*. 2024;(1(11)):1–9.
15. Пашков І, Ахмедов Ф. Контроль та управління підготовленістю тхеквондистів. *Пробл Персп Розв Спорт Ігор Однборств у ЗВО*. 2024; pp. 30–39.

### *Додаткова*

1. Римик Р.В., Маланюк Л.Б., Синиця А.В., Партан Р.М., Ступницький В. Оптимізація прикладної фізичної і психофізіологічної підготовки учнів закладів професійнотехнічної освіти. *Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура*. 2019. Випуск 32.С. 108-113.
- 2.. Римик В.Р.,Римик Р.В., Критерії відбору дітей для занять легкою атлетикою. Матеріали ІІ регіонального науково-методичного семінару «Олімпійський рух на теренах Західної України – минуле та сьогодення». Тернопіль : Осадца Ю.В. 2017. С. 115-119.
3. Москалик Н.В., Маланюк Л.Б., Римик Р.В. Адаптація юних спортсменів до фізичного навантаження циклового характеру. Матеріали ІІ регіонального науковометодичного семінару «Олімпійський рух на теренах Західної України – минуле та сьогодення». Тернопіль : Осадца Ю.В. 2017. С. 119-125.
4. Кульчицька І, Дідик Т, Адамчук В, Савостьян Ф, Поляк В. Комплексний контроль фізичної підготовленості кваліфікованих легкоатлетів у річному макроциклі. *Physical culture sports and health of the nation*. 2023;15(34):302–311.
5. Bompa TO, Buzzichelli CA. *Periodization: Theory and Methodology of Training*. 6th ed. Champaign, IL: Human Kinetics; 2021. Розділи про планування, контроль та корекцію тренувального процесу. *Chap 3–5, pp. 45–112*.
6. Platonov VN. *System of Athlete's Preparation: Periodization, Control and Correction* (Текст підручника включає розділи про систему підготовки і контроль). *Vol I*. Edmonton: Sport Publications; 2017. pp. 110–152.
7. Zhang Z, Cai J. Athlete muscle strength control training based on network security and multi-source information fusion. *Mol Cell Biomech*. 2023;21:142. doi:10.62617/mcb.v21.142.
8. Di P, Hongye L, Donglin S. Autoregulated macro–microcycle training enhances physiological reserve and adaptability in competitive speed skaters. *BMC Sports Sci Med Rehabil*. 2026;18:47.
9. Holmes P, Murphy M. Sports training strategies and interactive control methods based on neural network models. *J Sci Med Sport*. 2022;25(4):351–355. doi:10.1016/j.jsams.2021.10.011.