

**Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний
університет імені К.Д.Ушинського»**

Кафедра спортивних ігор

Методичні рекомендації
для проведення практичних занять та організації самостійної роботи
з дисципліни **«Управління підготовкою спортсменів»**
для здобувачів освіти другого освітнього рівня (магістр) вищої освіти
спеціальності 017 Фізична культура і спорт

Одеса – 2022

Рекомендовано до друку вченою радою
Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний
університет імені К. Д. Ушинського»
(Протокол № 4 від 24 листопада 2022 року)

Рецензенти:

Наталія БАШАВЕЦЬ, доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри теорії і методики фізичної культури та спортивних дисциплін ДЗ «Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К. Д. Ушинського».

Ірина ПАНАСЮК, кандидат педагогічних наук, доцент, Одеського фінансово-економічного коледжу Київського національного торговельно-економічного університету

Розробник:

Ганна ТІТОВА – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри спортивних ігор

Ганна ТІТОВА

Методичні рекомендації для проведення практичних занять та організації самостійної роботи з дисципліни «Управління підготовкою спортсменів» для здобувачів освіти другого освітнього рівня (магістр) вищої освіти спеціальності 017 Фізична культура і спорт : метод. реком. Одеса : Університет Ушинського, 2022. 28 с.

ВСТУП

Самостійна робота студента – важлива складова освітнього процесу в сучасному виші. Використання дидактичних засобів у системі самостійної роботи забезпечує організацію активної пізнавальної діяльності студентів, сприяє засвоєнню змісту навчальних дисциплін, формуванню компетенцій, передбачених навчальними програмами. Методичні рекомендації належать до затребуваного в сучасних умовах виду методичних розробок, що ґрунтуються на нових вимогах і потребах системи вищої освіти.

Основними умовами, які нині визначають напрями модернізації сучасної української освіти, є спрямування на розвиток творчого самостійного мислення студентів, їх професійних здібностей до майбутньої професійної діяльності, завдяки акцентуванню на творчу самостійну працю й підвищення активності у навчанні, використання активних методів у процесі навчання з метою ефективної професійної підготовки майбутніх фахівців.

Методичні рекомендації до дисципліни «Управління підготовкою спортсменів» призначені для організації практичних занять та самостійної роботи здобувачів вищої освіти другого (магістерського) рівня спеціальності 017 Фізична культура і спорт. Зміст і структура навчального матеріалу підпорядковані провідній меті методичних рекомендацій – сприяти формуванню ключових базових і професійних компетентностей студентів, а також компетентності інформаційного самозабезпечення з навчальної і науково-дослідної діяльності.

Дисципліна «Управління підготовкою спортсменів» є вибірковою для здобувачів вищої освіти другого (магістерського) рівня спеціальності 017 Фізична культура і спорт і містить два змістовних модулі: змістовний модуль 1. «Основи управління підготовкою спортсменів», змістовний модуль 2. «Структура багаторічної підготовки спортсменів і фактори, що її визначають».

1. НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН ДИСЦИПЛІНИ

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів - 4	Галузь знань Освіта/Педагогіка	За вибором	
Модулів – 1	Спеціальність: 017 Фізична культура і спорт	Рік підготовки:	
Змістових модулів – 2		2-й	-
Індивідуальне науково-дослідне завдання: підготовка тематичних доповідей.		Семестр	
Загальна кількість годин – 120		3-й	-
		Лекції	
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 2 самостійної роботи здобувача - 4	Рівень вищої освіти: другий (магістерський)	12 год.	-
		Практичні, семінарські	
		28 год.	-
		Самостійна робота	
		60 год.	-
		Індивідуальні завдання: 20 год.	
		Вид контролю: залік	

Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної і індивідуальної роботи становить:

для денної форми навчання – 33% / 67%

Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою викладання дисципліни «Управління підготовкою спортсмена» для здобувачів вищої освіти, майбутніх тренерів, є оволодіння складовими організаційного і науково-методичного забезпечення підготовки спортсменів різних кваліфікаційних рівнів, засвоєння методики побудови процесу багаторічної спортивної підготовки.

Завдання

- сформувати певну систему знань та уявлень про сферу своєї майбутньої професійної діяльності та про фахівців галузі спорту;
- ознайомити із сучасною системою вищої освіти в Україні, структурою ВНЗ, особливостями здобуття фахової освіти;
- з'ясувати основні напрямки розвитку фізичної культури і спорту в Україні та за кордоном;
- ознайомити з конкретними умовами навчання у обраному навчальному закладі, зрозуміти зміст і механізми реалізації своїх прав і обов'язків;
- оволодіти новими формами та видами навчальної діяльності у ВНЗ, самостійно працювати з науково-методичною літературою;
- дати характеристику сучасним методам дослідження у спорті, навчити опрацьовувати отриманні результати досліджень;
- застосовувати набуті знання у навчальному процесі та на практиці.

У результаті вивчення навчальної дисципліни здобувач повинен

знати:

- об'єкт, предмет, мету і завдання дисципліни «Управління підготовкою спортсменів»;
- основи сучасної підготовки спортсменів: морфологічні, фізіологічні, біохімічні, біомеханічні, загально і спеціально педагогічні аспекти, що складають загальнонауковий фундамент системи підготовки спортсменів;

- структуру і побудову багаторічної підготовки на різних етапах спортивного удосконалення спортсменів;
- зміст та основні завдання фізичної, технічної, тактичної, психологічної та інтегральної підготовки спортсменів;
- основи відбору в спорті, моделювання, прогнозування, контролю і управління підготовкою спортсменів;
- основи змагальної діяльності спортсменів, види та системи проведення змагань;
- позатренувальні і позазмагальні фактори в сучасному спорті; матеріально-технічне і науково-методичне забезпечення підготовки і змагань.

вміти:

- планувати, розробляти зміст, форми і методи в організації навчально-тренувальної діяльності;
- управляти навчально-тренувальним процесом в ході підготовки спортсменів;
- використовувати функцію управління і методи проведення комплексного контролю у практичній діяльності.

ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 1.

УПРАВЛІННЯ ТРЕНУВАЛЬНОЮ ТА ЗМАГАЛЬНОЮ ДІЯЛЬНІСТЮ СПОРТСМЕНА.

Тема 1. Управління в системі підготовки спортсменів. Мета і об'єкт управління. Програмно-методичне забезпечення управління підготовкою спортсменів. Види управління: етапне, поточне, оперативне. Технологія та етапи управління підготовкою.

Участь у колективному обговоренні з динамічним зворотнім зв'язком:

1. Яка мета і об'єкт управління спортсменами?
2. Охарактеризувати програмно-методичне забезпечення управління підготовкою спортсменів.

3. Назвіть види управління;

4. Технологія та етапи управління підготовкою спортсменів.

Завдання практичне

1. Доповідь за темою «Програмно-методичне забезпечення управління підготовкою спортсменів».

2. Описати види управління: етапне, поточне, оперативне.

Завдання для самостійної роботи

1. Виокремити основні складові та компоненти управління підготовкою спортсмена.

2. Описати та дати характеристику видам управління: етапне, поточне, оперативне.

Рекомендовані джерела інформації.

Базова

1. Бальсевич В. К. Новые теоретические подходы к изучению возможностей человека в спорте высших достижений / В. К. Бальсевич, М. П. Шестаков // Теория и практика физ. культуры. — 2008. — № 5. — С. 57.

2. Никитушкин В. Г. Теория и методика юношеского спорта /

В. Г. Никитушкин. — М.: Физкультура и спорт, 2010. — 203 с.

3. Волков Л. В. Теория и методика детского и юношеского спорта / Л. В. Волков. — К.: Олимп. лит., 2002. — 294 с.

Допоміжна

1. Конуров Д. М. Система контроля за уровнем физической и технико-тактической подготовленности игроков команд / Д. М. Конуров // Тез. докл. V Междунар. науч. конгр. — М., 2003. — Т. 3. — С. 184.

Інформаційні ресурси

1. Сайт бібліотеки університету Ушинського: <http://library.pdpu.edu.ua>

Тема 2. Значення спорту та завдання для занять спортом. Принципи, засоби і методи занять спортом. Класифікація спортивних резервів. Етапи розвитку актуальних питань юнацького спорту. Періодизація спортивного тренування. Характеристика основних етапів підготовки спортсменів. Основні завдання етапу початкової, попередньої базової, спеціалізованої базової підготовки, максимальної реалізації індивідуальних можливостей, збереження вищих досягнень.

Участь у колективному обговоренні з динамічним зворотнім зв'язком:

1. Яке значення спорту та завдання для занять спортом.
2. Описати принципи, засоби і методи занять спортом.
3. Охарактеризувати класифікацію спортивних резервів.
4. Які етапи розвитку актуальних питань юнацького спорту?
5. Опишіть періодизацію спортивного тренування.
6. Характеристика основних етапів підготовки спортсменів.
7. Які основні завдання етапу початкової, попередньої базової, спеціалізованої базової підготовки, максимальної реалізації індивідуальних можливостей, збереження вищих досягнень.

Завдання практичне

1. Описати основні завдання етапу початкової, попередньої базової, спеціалізованої базової підготовки, максимальної реалізації індивідуальних можливостей, збереження вищих досягнень.

Завдання для самостійної роботи

1. Описати основні завдання етапу початкової, попередньої базової, спеціалізованої базової підготовки, максимальної реалізації індивідуальних можливостей, збереження вищих досягнень.

Рекомендовані джерела інформації.

Базова

1. Волков Л. В. Теория и методика детского и юношеского спорта / Л. В. Волков. — К.: Олимп. лит., 2002. — 294 с.
2. Мелихова Т. М. Методологические подходы к реализации технологий спортивного отбора и ориентации / Т. М. Мелихова // Теория и практика физ. культуры. — 2008. — № 4. — С. 71.

Допоміжна

1. Медико-біологічне забезпечення підготовки спортсменів збірних команд України з олімпійських видів спорту: [навч.-метод. посіб.] / О. А. Шинкарук, О. М. Лисенко, Л. М. Гуніна та ін.; за заг. ред. О. А. Шинкарук. — К.: Олімп. л-ра, 2009. — 147 с.

Інформаційні ресурси

1. Сайт бібліотеки університету Ушинського: <http://library.pdpu.edu.ua>

Тема 3. Навантаження у спорті та їх вплив на організм спортсменів.

Характеристика навантажень, що застосовуються у спорті. Компоненти навантажень. Вплив навантажень на організм спортсменів різної кваліфікації та підготовки. Специфічність реакцій адаптації організму спортсмена на навантаження. Навантаження в різних видах спорту. Чинник перенавантаження, характерні ознаки перенавантажень.

Участь у колективному обговоренні з динамічним зворотнім зв'язком:

1. Розглянути характеристику навантажень, що застосовуються у спорті.
2. Які компоненти навантажень?
3. Охарактеризувати вплив навантажень на організм спортсменів різної кваліфікації та підготовки.
4. Специфічність реакцій адаптації організму спортсмена на навантаження.
5. Розглянути навантаження в різних видах спорту.
6. Чинник перенавантаження, характерні ознаки перенавантажень.

Завдання практичне

1. Сформулюйте вплив навантажень на організм спортсменів різної кваліфікації та підготовки.

Завдання для самостійної роботи

1. Описати вплив навантажень на організм спортсменів різної кваліфікації та підготовки.
2. Які існують чинники перенавантаження, характерні ознаки перенавантажень.

Рекомендовані джерела інформації.

Базова

1. Волков Л. В. Теория и методика детского и юношеского спорта / Л. В. Волков. — К.: Олимп. лит., 2002. — 294 с.
2. Никитушкин В. Г. Теория и методика юношеского спорта / В. Г. Никитушкин. — М.: Физкультура и спорт, 2010. — 203 с.

Допоміжна

1. Конуров Д. М. Система контроля за уровнем физической и технико-тактической подготовленности игроков команд / Д. М. Конуров // Тез. докл. V Междунар. науч. конгр. — М., 2003. — Т. 3. — С. 184.
2. Булгакова Н. Ж. Возможные варианты модели развития олимпийских видов спорта (на примере плавания) / Н. Ж. Булгакова, О. И. Попов // Тез. докл. X междунар. науч. конгр. — К.: Олимп. лит., 2005. — С. 320

Інформаційні ресурси

1. Сайт бібліотеки університету Ушинського: <http://library.pdpu.edu.ua>

Тема 4. Змагальна діяльність як основний чинник, визначення стратегії підготовки спортсмена. Структура змагальної діяльності як чинник, що визначає структуру багаторічної спортивної підготовки. Управління стартовими станами. Контроль психічної готовності до змагань.

Участь у колективному обговоренні з динамічним зворотнім зв'язком:

Розглянути змагальну діяльність як основний чинник, визначення стратегії підготовки спортсмена:

- структуру змагальної діяльності як чинник, що визначає структуру багаторічної спортивної підготовки;
- управління стартовими станами;
- контроль психічної.

Завдання практичне

1. Підготувати та записати структуру змагальної діяльності як чинник, що визначає структуру багаторічної спортивної підготовки.

Завдання для самостійної роботи

1. Доповідь на тему: Контроль психічної готовності до змагань.

Рекомендовані джерела інформації.

Базова

1. Волков Л. В. Теория и методика детского и юношеского спорта / Л. В. Волков. — К.: Олимп. лит., 2002. — 294 с.
2. Никитушкин В. Г. Теория и методика юношеского спорта / В. Г. Никитушкин. — М.: Физкультура и спорт, 2010. — 203 с.

Допоміжна

1. Конуров Д. М. Система контроля за уровнем физической и технико-тактической подготовленности игроков команд / Д. М. Конуров // Тез. докл. V Междунар. науч. конгр. — М., 2003. — Т. 3. — С. 184.

2. Булгакова Н. Ж. Возможные варианты модели развития олимпийских видов спорта (на примере плавания) / Н. Ж. Булгакова, О. И. Попов // Тез. докл. X междунар. науч. конгр. — К.: Олимп. лит., 2005. — С. 320

Інформаційні ресурси

1. Сайт бібліотеки університету Ушинського: <http://library.pdpu.edu.ua>

Тема 5. Контроль у спортивній підготовці спортсменів. Мета, предмет і завдання контролю. Види контролю. Основні вимоги до показників контролю. Педагогічне спостереження, як метод контролю та корекції спортивного тренування.

Метод пульсометрії під час контролю за станом спортсмена. Використання сучасного наукового обладнання у процесі контролю підготовки спортсменів.

Особливості контролю різних сторін підготовленості спортсмена. Використання тестів у контролі фізичної підготовленості спортсменів.

Участь у колективному обговоренні з динамічним зворотнім зв'язком:

1. Яка мета, предмет і завдання контролю?
2. Охарактеризуйте види контролю.
3. Які основні вимоги до показників контролю.
4. Розглянути педагогічне спостереження, як метод контролю та корекції спортивного тренування.
5. Опишіть метод пульсометрії під час контролю за станом спортсмена.
6. Розглянути особливості контролю різних сторін підготовленості спортсмена.
7. Використання тестів у контролі фізичної підготовленості спортсменів.

Завдання практичне

1. Запропонувати та описати педагогічне спостереження, як метод контролю та корекції спортивного тренування.
2. Перерахувати основні вимоги до показників контролю.

Завдання для самостійної роботи

1. Підготувати доповідь «Змагальна діяльність як основний чинник, визначення стратегії підготовки спортсмена.»

Рекомендовані джерела інформації.

Базова

1. Волков Л. В. Теория и методика детского и юношеского спорта / Л. В. Волков. — К.: Олимп. лит., 2002. — 294 с.

2. Никитушкин В. Г. Теория и методика юношеского спорта / В. Г. Никитушкин. — М.: Физкультура и спорт, 2010. — 203 с.

Допоміжна

1. Конуров Д. М. Система контроля за уровнем физической и технико-тактической подготовленности игроков команд / Д. М. Конуров // Тез. докл. V Междунар. науч. конгр. — М., 2003. — Т. 3. — С. 184.

2. Булгакова Н. Ж. Возможные варианты модели развития олимпийских видов спорта (на примере плавания) / Н. Ж. Булгакова, О. И. Попов // Тез. докл. X междунар. науч. конгр. — К.: Олимп. лит., 2005. — С. 320

Інформаційні ресурси

1. Сайт бібліотеки університету Ушинського: <http://library.pdpu.edu.ua>

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2.

МОДЕЛЮВАННЯ ТА ПРОГНОЗУВАННЯ В СИСТЕМІ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ ВИСОКОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ.

Тема 1. Відбір і орієнтація спортсменів у системі багаторічної підготовки. Характеристика понять: «відбір», «орієнтація», «здібності», «обдарованість». Критерії відбору, їх характеристика. Спадковість і чинники які визначають спортивну придатність.

Участь у колективному обговоренні з динамічним зворотнім зв'язком:

1. Дати характеристику понять: «відбір», «орієнтація», «здібності», «обдарованість».

2. Які критерії відбору, їх характеристика.
3. Охарактеризувати спадковість і чинники, які визначають спортивну.

Завдання практичне

1. Описати поняття: «відбір», «орієнтація», «здібності», «обдарованість».

Завдання для самостійної роботи

1. Доповідь за темою «Спадковість і чинники, які визначають спортивну придатність».

Рекомендовані джерела інформації.

Базова

1. Бальсевич В. К. Новые теоретические подходы к изучению возможностей человека в спорте высших достижений / В. К. Бальсевич, М. П. Шестаков // Теория и практика физ. культуры. — 2008. — № 5. — С. 57.
2. Волков Л. В. Теория и методика детского и юношеского спорта / Л. В. Волков. — К.: Олимп. лит., 2002. — 294 с.
3. Никитушкин В. Г. Теория и методика юношеского спорта / В. Г. Никитушкин. — М.: Физкультура и спорт, 2010. — 203 с.

Допоміжна

1. Медико-біологічне забезпечення підготовки спортсменів збірних команд України з олімпійських видів спорту: [навч.-метод. посіб.] / О. А. Шинкарук, О. М. Лисенко, Л. М. Гуніна та ін.; за заг. ред. О. А. Шинкарук. — К.: Олімп. л-ра, 2009. — 147 с.

Інформаційні ресурси

1. Сайт бібліотеки університету Ушинського: <http://library.pdpu.edu.ua>

Тема 2. Моделювання як метод системного підходу в управлінні підготовкою спортсмена. Характеристика понять «моделювання» та «модель». Загальні положення моделювання в спорті. Групи та види моделей у спорті. Моделювання згідно індивідуальних можливостей спортсменів.

Участь у колективному обговоренні з динамічним зворотнім зв'язком, практичне завдання:

- моделювання як метод системного підходу в управлінні підготовкою спортсмена;
- характеристика понять «моделювання» та «модель»;
- загальні положення моделювання в спорті;
- групи та види моделей у спорті;
- моделювання згідно індивідуальних можливостей спортсменів.

Завдання для самостійної роботи

1. Описати моделювання як метод системного підходу в управлінні підготовкою спортсмена.
2. Перерахувати групи та види моделей у спорті.

Рекомендовані джерела інформації.

Базова

1. Бальсевич В. К. Новые теоретические подходы к изучению возможностей человека в спорте высших достижений / В. К. Бальсевич, М. П. Шестаков // Теория и практика физ. культуры. — 2008. — № 5. — С. 57.
2. Волков Л. В. Теория и методика детского и юношеского спорта / Л. В. Волков. — К.: Олимп. лит., 2002. — 294 с.
3. Никитушкин В. Г. Теория и методика юношеского спорта / В. Г. Никитушкин. — М.: Физкультура и спорт, 2010. — 203 с.

Допоміжна

1. Медико-біологічне забезпечення підготовки спортсменів збірних команд України з олімпійських видів спорту: [навч.-метод. посіб.] / О. А. Шинкарук, О. М. Лисенко, Л. М. Гуніна та ін.; за заг. ред. О. А. Шинкарук. — К.: Олімп. л-ра, 2009. — 147 с.

Інформаційні ресурси

1. Сайт бібліотеки університету Ушинського: <http://library.pdpu.edu.ua>

Тема 3. Основи прогнозування в спорті, завдання та функції.
Характеристика методів прогнозування. Види прогнозування у спорті їх особливості та загальна характеристика.

Участь у колективному обговоренні з динамічним зворотнім зв'язком:

1. Розглянути характеристику методів прогнозування.
2. Які види прогнозування у спорті?

Завдання практичне

1. Основи прогнозування в спорті, завдання та функції.

Завдання для самостійної роботи

1. Описати види прогнозування у спорті.
2. Характеристика методів прогнозування.

Рекомендовані джерела інформації.

Базова

1. Бальсевич В. К. Новые теоретические подходы к изучению возможностей человека в спорте высших достижений / В. К. Бальсевич, М. П. Шестаков // Теория и практика физ. культуры. — 2008. — № 5. — С. 57.

2. Волков Л. В. Теория и методика детского и юношеского спорта / Л. В. Волков. — К.: Олимп. лит., 2002. — 294 с.

3. Никитушкин В. Г. Теория и методика юношеского спорта / В. Г. Никитушкин. — М.: Физкультура и спорт, 2010. — 203 с.

Допоміжна

1. Медико-біологічне забезпечення підготовки спортсменів збірних команд України з олімпійських видів спорту: [навч.-метод. посіб.] / О. А. Шинкарук, О. М. Лисенко, Л. М. Гуніна та ін.; за заг. ред. О. А. Шинкарук. — К.: Олімп. л-ра, 2009. — 147 с.

Інформаційні ресурси

1. Сайт бібліотеки університету Ушинського: <http://library.pdpu.edu.ua>

Тема 4. Управлінська діяльність тренера. Складові управлінської діяльності тренера. Структура тренерської діяльності. Педагогічні функції та здібності тренера. Професійна компетентність тренера. Критерії професійної майстерності і передумови підвищення ефективності діяльності тренера. Стили роботи тренера. Професійне самовдосконалення тренера.

Участь у колективному обговоренні з динамічним зворотнім зв'язком:

- складові управлінської діяльності тренера;
- структура тренерської діяльності;
- педагогічні функції та здібності тренера;
- професійна компетентність тренера;
- критерії професійної майстерності і передумови підвищення ефективності діяльності тренера;
- стилі роботи тренера;
- професійне самовдосконалення тренера;

Доповідь за темою (на вибір)

- «Стили работы тренера».
- «Професійне самовдосконалення тренера».

Рекомендовані джерела інформації.

Базова

1. Бальсевич В. К. Новые теоретические подходы к изучению возможностей человека в спорте высших достижений / В. К. Бальсевич, М. П. Шестаков // Теория и практика физ. культуры. — 2008. — № 5. — С. 57.
2. Волков Л. В. Теория и методика детского и юношеского спорта / Л. В. Волков. — К.: Олимп. лит., 2002. — 294 с.
3. Никитушкин В. Г. Теория и методика юношеского спорта / В. Г. Никитушкин. — М.: Физкультура и спорт, 2010. — 203 с.

Допоміжна

1. Медико-біологічне забезпечення підготовки спортсменів збірних команд України з олімпійських видів спорту: [навч.-метод. посіб.] / О. А. Шинкарук,

О. М. Лисенко, Л. М. Гуніна та ін.; за заг. ред. О. А. Шинкарук. — К.: Олімп. л-ра, 2009. — 147 с.

Інформаційні ресурси

1. Сайт бібліотеки університету Ушинського: <http://library.pdpu.edu.ua>

Тема 5. Специфіка спортивного травмування та допінг у спорті.

Травматизм та захворювання у спорті. Причини захворювань і травматизму у спорті.

Основні напрямки профілактики травм і захворювань спортсменів. Реабілітація спортсменів та відновлення після різних видів травм в спорті.

Допінг і боротьба з його застосуванням у спорті.

Участь у колективному обговоренні з динамічним зворотнім зв'язком:

- травматизм та захворювання у спорті;
- причини захворювань і травматизму у спорті;
- основні напрямки профілактики травм і захворювань спортсменів;
- реабілітація спортсменів та відновлення після різних видів травм в спорті;
- допінг і боротьба з його застосуванням у спорті.

Завдання практичне

1. Реабілітація спортсменів та відновлення після різних видів травм в спорті (студенти працюють у парах)
2. Перерахувати основні напрямки профілактики травм і захворювань спортсменів (студенти працюють самостійно)

Завдання для самостійної роботи

1. Доповідь «Моделювання згідно індивідуальних можливостей спортсменів у обраному виді спорту».

Рекомендовані джерела інформації.

Базова

1. Бальсевич В. К. Новые теоретические подходы к изучению возможностей человека в спорте высших достижений / В. К. Бальсевич, М. П. Шестаков //

Теория и практика физ. культуры. — 2008. — № 5. — С. 57.

2. Волков Л. В. Теория и методика детского и юношеского спорта / Л. В. Волков. — К.: Олимп. лит., 2002. — 294 с.

3. Никитушкин В. Г. Теория и методика юношеского спорта / В. Г. Никитушкин. — М.: Физкультура и спорт, 2010. — 203 с.

Допоміжна

1. Медико-біологічне забезпечення підготовки спортсменів збірних команд України з олімпійських видів спорту: [навч.-метод. посіб.] / О. А. Шинкарук, О. М. Лисенко, Л. М. Гуніна та ін.; за заг. ред. О. А. Шинкарук. — К.: Олімп. л-ра, 2009. — 147 с.

Інформаційні ресурси

1. Сайт бібліотеки університету Ушинського: <http://library.pdpu.edu.ua>

4. Індивідуальне навчально-дослідне завдання

Індивідуальне навчально-дослідне завдання (ІНДЗ) є видом позааудиторної самостійної роботи здобувача навчального, навчально-дослідницького чи проектно-конструкторського характеру, яке використовується в процесі вивчення програмного матеріалу навчальної дисципліни і є необхідною умовою формування підсумкової оцінки з дисципліни.

Одним із найважливіших завдань вузівської підготовки є широке залучення здобувачів до наукових досліджень. Знання і уміння, необхідні для здобуття навиків навчально-дослідної роботи майбутні спеціалісти отримують впродовж всього періоду навчання.

Виконання індивідуального навчально-дослідного завдання сприяє поглибленню і закріпленню теоретичних знань, отриманих здобувачами при прослуховуванні лекційного курсу та самостійному вивченню дисципліни, засвоєнню навичок аналізу соціально-економічних явищ та процесів.

Індивідуальне навчально-дослідне завдання виконується самостійно при консультуванні викладачем протягом вивчення дисципліни у відповідності до графіку навчального процесу. На виконання ІНДЗ відводиться 20 годин.

В межах залікового кредиту ІНДЗ оцінюється і має вагому частку в підсумковій оцінці залікового кредиту.

Тематика ІНДЗ:

№ з/п	Теми	Кількість годин
		Денна
Змістовий модуль 1. Управління тренувальною та змагальною діяльністю спортсмена.		
1	Управління в системі підготовки спортсменів.	
2	Значення спорту та завдання для занять спортом.	
3	Навантаження у спорті та їх вплив на організм спортсменів.	
4	Змагальна діяльність як основний чинник, визначення стратегії підготовки спортсмена.	
5	Контроль у спортивній підготовці спортсменів.	
6	Тема запропонована студентом.	
	ІНДЗ 1	10

Змістовий модуль 2. Моделювання та прогнозування в системі підготовки спортсменів високої кваліфікації.		
1	Відбір і орієнтація спортсменів у системі багаторічної підготовки.	
2	Моделювання як метод системного підходу в управлінні підготовкою спортсмена.	
3	Основи прогнозування в спорті, завдання та функції.	
4	Управлінська діяльність тренера.	
5	Специфіка спортивного травмування та допінг у спорті.	
6	Тема запропонована студентом.	
	ІНДЗ 2	10
	Разом	20

Методи навчання

У процесі викладання навчальної дисципліни для активізації навчально-пізнавальної діяльності студентів передбачено застосування активних і інтерактивних освітніх методів, серед яких: проблемна лекція, лекція-діалог, лекція-презентація, робота в малих групах, робота з довідковими, інформаційно-методичними джерелами, презентація результатів виконаних практичних та самостійних завдань, рольова гра.

Розподіл балів, які отримують студенти за результатами поточного і підсумкового контролю (залік)

Поточний контроль (практичні заняття, самостійна робота, письмова робота)			ІНДЗ	Сума
Теми	Бали	Разом		
Змістовий модуль 1				0–100
Тема 1	0–4	0–40	0–10	
Тема 1	0–4			
Тема 2	0–4			
Тема 2	0–4			
Тема 3	0–4			
Тема 3	0–4			
Тема 4	0–4+12			
Змістовий модуль 2				
Тема 1	0–4	0-	0–10	
Тема 1	0–4			
Тема 2	0–4			
Тема 2	0–4			
Тема 3	0–4			
Тема 3	0–4			
Тема 4	0–4+12			

Таблиця відповідності шкал оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою
90–100	A	зараховано
82–89	B	зараховано
74–81	C	
64–73	D	
60–63	E	зараховано
35–59	FX	незараховано з можливістю повторного складання
0–34	F	незараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

Забезпечення навчання осіб з особливими освітніми потребами

Метою інклюзивного навчання в Університеті Ушинського є забезпечення рівного доступу до якісної освіти особам з особливими освітніми потребами шляхом організації їхнього навчання на основі застосування особистісно-орієнтованих методів навчання з урахуванням їхніх індивідуальних особливостей.

Критерії оцінювання за різними видами роботи

Вид роботи	Бали	Критерії
Практичні заняття	0 балів	Студент бере участь у практичному занятті, але не виявляє ініціативи і бажання виконувати навчальні завдання. Студент не бере участі в практичному занятті, є лише спостерігачем або відсутній.
	1 бал	Студент бере участь у практичному занятті, проявляє ініціативу і бажання при виконанні навчальних завдань, виконує поставлені завдання практично без помилок, здатен аналізувати і інтерпретувати результати навчання.
Самостійна робота	0 балів	Робота не виконана, або виконана формально, студент не володіє матеріалом.
	1 бал	Робота виконана не в повному обсязі, спостерігається формальний підхід, студент слабо володіє матеріалом.
	2 бали	Робота виконана, студент володіє матеріалом, виконання не характеризується творчим підходом.
	3 бали	Робота виконана в повному обсязі, студент володіє матеріалом, присутня деталізація у виконанні, саме виконання характеризується творчим підходом.
Індивідуальне навчально-дослідне завдання (доповідь)	ІНДЗ	
	0 балів	Завдання не виконано.
	1-3 балів	Завдання виконано формально і не повністю, обсягом, який складає 1/2. Зміст і структура роботи частково відповідає вимогам завдання. Наявна значна кількість суттєвих помилок.
	4-6 балів	Завдання виконане загалом формально не в повному обсязі, який складає 2/3. Зміст і структура роботи здебільшого відповідає вимогам завдання. Наявна незначна кількість суттєвих помилок.

	7-9 балів	Завдання виконано з творчим підходом містить авторські елементи, розгорнуте, але не в повному обсязі і становить 3/4 від обсягу завдання. Зміст і структура роботи переважно відповідає вимогам завдання. Наявні поодинокі помилки. Робота здебільшого характеризується змістовою цілісністю і послідовністю викладу матеріалу. Здобувач демонструє наукове мислення, але припускається помилок в умінні аналізувати, виконувати дослідницьку роботу, узагальнювати інформацію зі спеціальної літератури.
	10 балів	Завдання виконано повністю. Продемонстровано творчий підхід, містить авторські елементи, розгорнуте і деталізоване. Зміст і структура роботи відповідає вимогам завдання. Робота характеризується змістовою цілісністю і послідовністю викладу матеріалу. Здобувач демонструє наукове мислення, уміння аналізувати, виконувати дослідницьку роботу, узагальнювати інформацію зі спеціальної літератури.

Список рекомендованої літератури

Основна література

1. Бальсевич В. К. Новые теоретические подходы к изучению возможностей человека в спорте высших достижений / В. К. Бальсевич, М. П. Шестаков // Теория и практика физ. культуры. — 2008. — № 5. — С. 57.

2. Безмылов Н. Н. Оценка соревновательной деятельности баскетболистов высокого класса в игровом сезоне / Н. Н. Безмылов, О. А. Шинкарук. — К.: НВП Поліграфсервіс, 2013. — 144 с.

3. Болобан В. Н. Элементы теории и практики спортивной ориентации, отбора и комплектования групп в спортивной акробатике / В. Н. Болобан // Педагогіка, психологія та медико-біол. проблеми фіз. виховання і спорту. — Х., 2009. — № 2. — С. 21 – 31.

4. Волков Л. В. Теория и методика детского и юношеского спорта / Л. В.

Волков. — К.: Олимп. лит., 2002. — 294 с.

5. Горская И. Ю. Морфогенетические основы индивидуальных различий и возможности их использования в физической культуре и спорте / И. Ю. Горская, Л. Г. Харитонова, Д. А. Хозяинова. — Омск: СибГУФК, 2008. — 244 с.

6. Иорданская Ф. А. Мониторинг функциональной подготовленности юных спортсменов — резерва спорта высших достижений (этапы углубленной подготовки и спортивного совершенствования) / Ф. А. Иорданская. — М.: Сов. спорт, 2011. — 142 с.

7. Мелихова Т. М. Методологические подходы к реализации технологий спортивного отбора и ориентации / Т. М. Мелихова // Теор. и практ. физ. культ. — 2008. — № 4. — С. 71.

8. Никитушкин В. Г. Теория и методика юношеского спорта / В. Г. Никитушкин. — М.: Физкультура и спорт, 2010. — 203 с.

Допоміжна

1. Булгакова Н. Ж. Спортивные способности: диагностика и формирование / Н. Ж. Булгакова // Теор. и практ. физ. культ. — 2009. — № 9. — С. 49–51.

2. Булгакова Н. Ж. Возможные варианты модели развития олимпийских видов спорта (на примере плавания) / Н. Ж. Булгакова, О. И. Попов // Тез. докл. X междунар. науч. конгр. — К.: Олимп. лит., 2005. — С. 320

3. Изаак С. И. Мониторинг физического развития и физической подготовленности: теория и практика / С. И. Изаак. — М.: Сов. спорт, 2005. — 196 с.

4. Ильин Е. П. Психология индивидуальных различий / Е. П. Ильин. — СПб.: Питер, 2004. — 701 с.

5. Ильин В. Н. Проблемы и перспективы развития молекулярной генетики физической активности / В. Н. Ильин, С. Б. Дроздовская // Спорт. медицина. — 2007. — № 1. — С. 10–19.

6. Конуров Д. М. Система контроля за уровнем физической и технико-

тактической подготовленности игроков команд / Д. М. Конуров // Тез. докл. V Междунар. науч. конгр. — М., 2003. — Т. 3. — С. 184.

7. Коханович К. К проблеме прогноза мастерства юных спортсменов / К. Коханович // Тез. докл. V Междунар. науч. конгр. — К.: Олимп. лит., 2005. — С. 471.

8. Ланда Б. Х. Методика комплексной оценки физического развития и физической подготовленности : учеб. пособие / Б. Х. Ланда. — 3-е изд., испр. и доп. — М.: Сов. спорт, 2006. — 208 с.

9. Лисенчук Г. А. Управление подготовкой футболистов / Г. А. Лисенчук. — К.: Олимп. лит., 2003. — 271 с.

10. Малкин В. Р. Управление психологической подготовкой в спорте / В. Р. Малкин. — М.: Физкультура и спорт, 2008. — 196 с.

11. Матвеев Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты / Л. П. Матвеев. — М.: Известия, 2001. — 333 с.

12. Медико-біологічне забезпечення підготовки спортсменів збірних команд України з олімпійських видів спорту: [навч.-метод. посіб.] / О. А. Шинкарук, О. М. Лисенко, Л. М. Гуніна та ін.; за заг. ред. О. А. Шинкарук. — К.: Олімп. л-ра, 2009. — 147 с.

Інформаційні ресурси

1. Сайт бібліотеки університету Ушинського: <http://library.pdpu.edu.ua>
2. Державні тести і нормативи оцінки підготовки населення України; бібліотека Університету Ушинського (вул. Старопортофранківська, 36); <http://library.pdpu.edu.ua> (Інтернет-бібліотека (вул. Старопортофранківська, 36).
3. <http://sportstalker.org>
4. <http://irbis-nbuv.gov.ua3>.
5. <http://librar.org.ua/sections>

Навчальне видання

Ганна ТІТОВА

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ
ДЛЯ ПРОВЕДЕННЯ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ ТА
ОРГАНІЗАЦІЇ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ З ДИСЦИПЛІНИ
«УПРАВЛІННЯ ПІДГОТОВКОЮ СПОРТСМЕНІВ »

для здобувачів вищої освіти другого (магістерського) рівня
спеціальності 017 Фізична культура і спорт