

ЗАТВЕРДЖЕНО»
на засіданні кафедри
олімпійського, професійного
та адаптивного спорту
27 серпня 2015 р. протокол № 1

Зав. каф _____ Бріскін Ю. А.

**Теми та короткий зміст семінарських та практичних занять з
дисципліни «Спорт вищих досягнень» для підготовки тренерів
спеціальності 6.010202 «Спорт»**

Теми семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1	Система багаторічної підготовки спортсменів.	2	
2	Етапи багаторічної підготовки спортсменів	2	
3	Спортивний відбір в системі багаторічної підготовки спортсменів.	2	
4	Основи управління в системі підготовки спортсменів.	2	
	Разом	8	

Змістовий модуль 1. Багаторічна підготовка спортсменів

Тема 1. Система багаторічної підготовки спортсменів

Визначення поняття "система". Оптимальні вікові межі вищих спортивних досягнень як модельна характеристика побудови багаторічного тренувального процесу. Оптимальна тривалість тренування від початку цілеспрямованих занять спортом до досягнення вищих спортивних результатів як модельна характеристика побудови багаторічного тренувального процесу. Оптимальні вікові межі початку занять певним видом спорту як передумова ефективної реалізації індивідуальних можливостей спортсмена. Вплив динаміки біологічного розвитку людини на побудову багаторічного тренувального процесу. Проблема розподілу багаторічного тренувального процесу на етапи. Вивчення оптимальних вікових меж вищих спортивних досягнень і початку спортивної спеціалізації як передумова побудови багаторічного тренування. Оптимальні вікові межі початку спеціалізації у подібних за характером змагальної діяльності групах видів спорту. Структура багаторічного тренувального процесу.

Тема 2. Етапи багаторічної підготовки спортсменів

Мета і завдання етапу початкової підготовки його місце і значення в системі багаторічної підготовки спортсменів. Провідні засоби і методи

тренування. Основи методики тренування. Мета і завдання етапу попередньої базової підготовки, його місце і значення в системі багаторічної підготовки спортсменів. Провідні засоби і методи тренування. Основи методики тренування. Змагальна підготовка у системі підготовки спортсменів на цьому етапі. Мета і завдання етапу спеціалізованої базової підготовки, його місце і значення в системі багаторічної підготовки спортсменів. Провідні засоби і методи тренування. Основи методики тренування. Змагальна підготовка у системі підготовки спортсменів на цьому етапі. Мета і завдання етапу реалізації індивідуальних можливостей. Провідні засоби і методи тренування. Основи методики тренування. Змагальна підготовка у системі підготовки спортсменів на цьому етапі. Мета і завдання етапу збереження високих досягнень. Основи методики тренування. Мета і завдання етапу підтримання загальної працездатності. Основи методики тренування на цьому етапі.

Тема 3. Спортивний відбір в системі багаторічної підготовки спортсменів

Обґрунтування поняття "спортивна обдарованість". Критерії відбору для занять спортом. Мета, завдання та зміст спортивної орієнтації. Мета, завдання та зміст відбору до занять спортом. Мета, завдання та зміст спортивної селекції.

Тема 4. Основи управління в системі підготовки спортсменів.

Мета, об'єкт і види управління. Етапне управління. Поточне управління. Оперативне управління. Особливості управління системою підготовки спортсменів в залежності від різних видів спорту та етапів багаторічної підготовки.

Література

Базова

1. Келлер В. С. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів / Келлер В. С., Платонов В. М. – Л.: Українська спортивна Асоціація, 1992. – 269 с.
2. Матвеев, Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов // Л. П. Матвеев. – К: Олимпийская литература, 1999. – 317 с. – ISBN 966-7133-22-2
3. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : [учебник для студ. высших учеб. заведений физ. воспитания и спорта] / В. Н. Платонов. – К. : Олимпийская литература, 2004. – 808 с. – ISBN 966-7133-64-8.

Допоміжна

4. Ашмарин Б. А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании: [пособ. для студ., аспирант. и преподават.] / Ашмарин Б. А. – М.: Физкультура и спорт, 1978. – 233 с.
5. Платонов В.Н. Теория и методика спортивной подготовки. – К.: Вища школа. Головное изд-во, 1984. – 352 с.
6. Матвеев Л. П. Основы спортивной тренировки / Матвеев Л. П.– М.: ФиС, 1977.– 271 с.
7. Платонов В. Н. Подготовка квалифицированных спортсменов / Платонов В. Н. – М.: ФиС, 1986.– 286 с.
8. Платонов В. Н. Теория и методика спортивной подготовки / Платонов В. Н., – К.: Вища школа. Головное изд-во, 1984. – 352 с.
9. Линець М. М. Основи методики розвитку рухових якостей / Линець М. М. – Л.: Штабар, 1997. – 208 с.
10. Платонов В. М. Фізична підготовка спортсмена / Платонов В. М., Булатова М. М. – К.: Олімпійська література, 1995. – 320с.