


ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

“ЗАТВЕРДЖЕНО”

на засіданні кафедри теорії спорту
та фізичної культури
протокол № 1

Зав. каф.  Бріскін Ю.А.

“ЗАТВЕРДЖЕНО”

Декан ФПтаЗО

_____ Сидорко О.Ю.

ПРОГРАМНІ ВИМОГИ

**ДО КОМПЛЕКСНОГО ДЕРЖАВНОГО ІСПИТУ ЗІ СПЕЦІАЛЬНОСТІ
017 «ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА І СПОРТ»**

ДЛЯ СТУДЕНТІВ РІВНЯ ВИЩОЇ ОСВІТИ «МАГІСТР»

(спеціалізація «Спорт вищих досягнень»)

ПРОГРАМНІ ВИМОГИ

1. Фізична культура і спорт як сфера професійної діяльності.
2. Фактори середовища, що впливають на діяльність фахівця фізичної культури і спорту.
3. Специфіка спорту як виду діяльності людини.
4. Структура підготовленості тренера.
5. Функції тренера.
6. Види професійно-педагогічних здібностей тренера.
7. Зміст педагогічної діяльності тренера.
8. Характеристика змагальної діяльності в обраному виді спорту.
9. Психологічні чинники успішності процесу підготовки.
10. Адаптація і проблеми підготовки спортсменів.
11. Формування функціональних систем (теорія Анохіна П.К.) і реакцій адаптації.
12. Формування термінової та довготривалої адаптації.
13. Явища деадаптації, реадаптації і переадаптації у спортсменів.
14. Механізми адаптації до тренувальних навантажень різної спрямованості (на прикладі обраного виду спорту).
15. Компоненти навантажень та їх вплив на формування реакцій адаптації.
16. Порівняльна характеристика тренувальних навантажень спортсменів різної кваліфікації (на прикладі обраного виду спорту).
17. Втома та відновлення при напруженій м'язовій діяльності.
18. Структура системи підготовки спортсменів.
19. Напрями вдосконалення сучасної системи підготовки спортсменів.
20. Загальна характеристика етапів багаторічної підготовки спортсменів.
21. Чинники, що впливають на загальну структуру багаторічної підготовки.
22. Ліга як основна структурна одиниця професійного спорту.
23. Структура професійної спортивної ліги.
24. Професійний спортивний клуб як низова ланка професійної спортивної ліги.
25. Зміст діяльності „Асоціацій спортсменів професійних ліг” щодо соціального захисту спортсменів-професіоналів.
26. Формування правових засад у північноамериканському професійному спорті.
27. Вплив законодавства Євросоюзу на формування правових засад професійного спорту в Європі.
28. Колективна угода як основний документ, що регулює трудові взаємовідносини у професійному спорті.
29. Структура і зміст типового індивідуального контракту спортсмена-професіонала.
30. Структура і зміст системи обмеження прав професійних спортсменів.
31. Аналіз відмінних рис правового регулювання у північноамериканському та європейському професійному спорті.

32. Специфіка бізнесу у професійному спорті.
33. Джерела прибутків та статті видатків професійного спорту.
34. Ключові чинники економічної ефективності систем змагань у професійному спорті.
35. Спільні та відмінні риси систем змагань в ігрових видах професійного спорту?
36. Система змагань у професійному боксі.
37. Особливості системи змагань у професійних шосейних велогонках.
38. Система змагань "Формула-1".
39. Особливості побудови системи комерційних змагань "Гран-прі" ІААФ та "Діамантової ліги".
40. Сутність відбору спортсменів у командних ігрових видах професійного спорту за системою "драфт".
41. Провідні критерії відбору спортсменів-професіоналів (на прикладі одного з найбільш популярних видів професійного спорту).
42. Особливості методики підготовки спортсменів-професіоналів (на прикладі одного з найбільш популярних видів професійного спорту).
43. Законодавча база розвитку системи олімпійської підготовки в Україні.
44. Положення про центр олімпійської підготовки. Центри олімпійської підготовки в Україні.
45. Науково-методичне забезпечення як складова системи забезпечення спортивної підготовки.
46. Моделі науково-методичного забезпечення підготовки висококваліфікованих спортсменів на прикладі Австралії та Великої Британії.
47. Особливості спортивно-педагогічного забезпечення підготовки спортсменів.
48. Особливості медико-біологічного забезпечення підготовки спортсменів.
49. Особливості психологічного забезпечення підготовки спортсменів.
50. Особливості інформаційного забезпечення підготовки спортсменів.
51. Особливості матеріально-технічного забезпечення підготовки спортсменів.
52. Поняття цільової комплексної програми підготовки національних команд. Цільова програма підготовки збірної команди України до Олімпійських ігор.
53. Підходи до побудови олімпійської підготовки у світі.
54. Особливості олімпійської підготовки національної команди США.
55. Особливості олімпійської підготовки національної команди Китаю (КНР).
56. Особливості олімпійської підготовки національної команди Канади.
57. Особливості олімпійської підготовки національної команди Великої Британії.
58. Особливості олімпійської підготовки національної команди Німеччини.

змагальної діяльності в обраному виді спорту. Основні засоби та методи передачі інформації в навчально-тренувальному процесі. Словесні засоби та методи передачі інформації в навчально-тренувальному процесі. Вимоги до мови тренера. Безпосередній показ як засіб передачі інформації в навчально-тренувальному процесі. Опосередкований показ як засіб передачі інформації в навчально-тренувальному процесі. Допоміжні засоби і методи передачі інформації. Спеціальні пристрої термінової інформації.

Тема 3. Тренер-психолог

Проблема психічної підготовки в спорті. Характеристика діяльності практичного психолога в спорті. Правила діяльності практичного психолога в спорті. Мотивація спортсмена в тренувальному процесі. Постановка відтермінованої мети як засіб мотивації. Формування та підтримка установки на досягнення успіху як засіб мотивації. Розвиток традицій команди як засіб мотивації. Прийняття колективних рішень як засіб мотивації. Емоційність тренувальних занять як засіб мотивації. Психологічні чинники успішності процесу підготовки. Ставлення до спортивного життя як чинник успішності процесу підготовки. Ставлення до навантаження як чинник успішності процесу підготовки. Ставлення до відновлення як чинник успішності процесу підготовки. Ставлення до перенапруження як чинник успішності процесу підготовки. Ставлення до спортивного режиму як чинник успішності процесу підготовки. Ставлення до побуту на зборах як чинник успішності процесу підготовки. Поняття про психотехніку та психотехнічне тренування. Організація та проведення психотехнічних тренувань. Психотехнічні вправи для розвитку уваги. Психотехнічні вправи для розвитку уваги. Психотехнічні вправи для вдосконалення групових взаємодій. Психотехнічні вправи для розвитку рефлексивного мислення.

Тема 4. Система підготовки спортсменів

Аналіз сучасного розуміння системи підготовки спортсменів. Передумови її формування у другій половині XIX сторіччя. Основні напрями формування системи підготовки спортсменів в кінці XIX на початку XX сторіччя. Вклад фахівців різних країн у формування фундаментальних засад підготовки спортсменів. Формування поняття функціональної адаптації (1850-1924 р.р., Вільгельм Ру) та його роль у подальшому розвитку системи підготовки спортсменів. Вплив спеціалізованих медикобіологічних дисциплін (біохімія і фізіологія спорту, динамічна анатомія тощо) на формування сучасної системи підготовки спортсменів. Вклад фахівців України у формування теорії і методики підготовки спортсменів.

Основні напрями вдосконалення системи підготовки спортсменів: вдосконалення організаційно-методичних засад; подальше зростання кількісних параметрів тренувальних та змагальних навантажень; відповідність засобів і методів підготовки структурі та змістові змагальної діяльності; вдосконалення методики спортивної орієнтації та спортивного відбору; індивідуалізація та диференціація процесу підготовки спортсменів; розширення нетрадиційних засобів підготовки тощо.

Тема 5. Основи теорії адаптації і закономірності її формування у спортсменів

Теорія адаптації як сукупність достовірних знань щодо пристосування організму людини до умов навколишнього середовища, зокрема та їх частина, що пов'язана з екстремальними ситуаціями. Генотипова і фенотипова адаптація живих організмів. Особливості фенотипової адаптації у спорті.

Адаптація як процес пристосування організму спортсмена до впливу факторів навколишнього середовища і як результат процесу пристосування.

Реакції адаптації при м'язовій діяльності. Залежність процесу адаптації від сили подразника. Вроджені та набуті, термінові та довготривалі реакції адаптації.

Особливості адаптації у спорті. Термінова і довготривала адаптація. Взаємозв'язок між теорією адаптації та сучасною теорією і методикою підготовки спортсменів.

Формування функціональних систем і реакції адаптації: аферентний синтез і прийняття рішення; формування аферентної моделі майбутніх результатів дії системи (акцептор дії за П.К. Анохіним); формування потенціалу аферентних збурень; отримання результату дії системи; формування зворотної аферентації, в якій закодовані параметри результату дії; співвідношення параметрів аферентної моделі прогнозування результатів з параметрами реальних результатів, що надійшли шляхом зворотної аферентації.

Стадії протікання термінової та довготривалої адаптації.

Явища переадаптації, деадаптації та реадаптації у спортсменів.

Тема 6. Адаптація опорно-рухового апарату та функціональних систем

Теорія почергового залучення до роботи рухових одиниць: при малому опорі дрібні мотонейрони і відповідно малі рухові одиниці; з посиленням опору – все більші рухові одиниці. Регулювання кількості рухових одиниць, що залучаються до роботи, величиною опору та потужністю роботи.

Ефект термінової та довготривалої адаптації рухових одиниць до фізичних навантажень різної спрямованості. Вдосконалення внутрішньо-м'язової та міжм'язової координації роботи рухових одиниць. Вдосконалення економічності м'язової роботи. Гіпертрофія різних типів м'язових волокон як результат адаптації до силових навантажень.

Спортивна спеціалізація і структура м'язових тканин. Зміни співвідношення різних типів м'язових волокон як результат адаптації до тренувальних впливів певної спрямованості. Особливості адаптації спортсменів до тренувальної роботи різної спрямованості в залежності від генетичної структури м'язових тканин.

Адаптація кісток, сухожиль та зв'язок до фізичних навантажень. Пристосувальні зміни опорно-рухового апарату в залежності від специфіки тренувальних та змагальних навантажень. Взаємозв'язок процесів адаптації м'язів та кісткових і з'єднуючих тканин.

Негативний вплив надмірних фізичних навантажень на формування реакцій адаптації м'язових, кісткових та з'єднуючих тканин.

Зміни у м'язах під впливом тренування алактатного анаеробного спрямування. Резерви адаптації до роботи алактатного анаеробного спрямування. Зміни рухливості, потужності та ємності алактатного анаеробного джерела енергії під впливом оптимальних тренувальних навантажень.

Зміни у м'язах під впливом тренування лактатного анаеробного спрямування. Резерви адаптації до роботи лактатного анаеробного спрямування. Зміни рухливості, потужності та ємності лактатного анаеробного джерела енергії під впливом оптимальних тренувальних навантажень.

Економізація реакцій аеробної системи енергозабезпечення в умовах спокою і при виконанні стандартних навантажень та значне зростання рівня реакцій при виконанні біляграничних та граничних фізичних навантажень як результат адаптації киснево-транспортної системи до тренувальних впливів. Резерви адаптації аеробної системи енергозабезпечення до роботи максимальної аеробної потужності. Зміни рухливості, ємності, потужності та економічності аеробної системи під впливом оптимальних тренувальних навантажень.

Адаптація киснево-транспортної системи. Резерви адаптації серця і судин.

Адаптація системи утилізації кисню. Покращення капіляризації м'язів та перерозподілу крові як результат адаптації до раціональних фізичних навантажень. Метаболічна адаптація до роботи аеробного характеру. Підвищення економічності використання енергії внаслідок раціонально організованих тренувань аеробного характеру.

Тема 7. Навантаження у спорті та їх вплив на організм спортсмена

Залежність швидкості адаптаційних перебудов в організмі спортсменів та їх спрямованості від величини, спрямованості та характеру навантажень, що застосовуються.

Класифікації навантажень в спорті за характером, величиною та спрямованістю тренувальних впливів. Внутрішня та зовнішня сторони навантаження, їх взаємозв'язок.

Компоненти навантаження та вплив на формування реакцій адаптації. Залежність величини і спрямованості тренувальних та змагальних навантажень від особливостей застосування та порядку поєднання тривалості і характеру окремих вправ; інтенсивності роботи при їх виконанні; тривалості і характеру інтервалів відпочинку між окремими вправами та серіями вправ; кількості вправ у окремому тренувальному завданні, частині заняття, конкретному тренувальному занятті, мікроциклі тощо.

Залежність тренувального ефекту навантажень від рівня тренуваності та спортивної кваліфікації спортсмена і умов, у яких виконуються тренувальні навантаження.

Специфічність реакцій адаптації організму спортсмена до навантажень. Формування психічної стійкості до стресових навантажень специфічної спрямованості. Оптимізація процесів розгортання функціональної активності до специфічних (подібних до предмету змагальної діяльності) тренувальних навантажень.

Специфічність адаптації стосовно навантажень, що спрямовані на розвиток різних фізичних якостей (позитивний і негативний перенос).

Особливості реакції організму спортсмена на помірні і максимальні навантаження в залежності від рівня тренуваності та спортивної кваліфікації.

Особливості реакцій організму спортсмена на змагальні навантаження.

Тема 8. Втома та відновлення в системі підготовки спортсменів

Втома і перевтома як різновиди функціонального стану людини. Компенсована і декомпенсована втома при м'язовій роботі. Розвиток втоми і її компенсація як необхідна передумова підвищення функціональних можливостей організму.

Відновлення як реакція організму спортсмена на втому. Поточне та відставлене відновлення. Фазовість та гетерохронність процесів відновлення. Фаза суперкомпенсації як одне із явищ, що лежить в основі довготривалих адаптаційних процесів. Залежність фази суперкомпенсації від віку, стажу та рівня тренуваності спортсмена і глибини втоми.

Втома та відновлення при фізичних навантаженнях різної величини.

Реакція організму на навантаження різної величини в залежності від віку, стажу тренувань та рівня тренуваності спортсмена.

Врахування процесів втоми та відновлення при побудові мікро-, мезо- та макроструктури тренувального процесу.

Втома і відновлення при навантаженнях різної спрямованості. Особливості виникнення втоми при анаеробній алактатній, анаеробній лактатній та аеробній роботі. Причини втоми при виконанні фізичних навантажень різної спрямованості.

Класифікація фізичних навантажень за локалізацією і механізмами втоми.

Поєднання тренувальних навантажень різної спрямованості у тренувальних заняттях, мікро- і мезоциклах.

Тема 9. Формування довготривалої адаптації у процесі річної та багаторічної підготовки спортсменів

Об'єктивні закономірності формування довготривалої адаптації організму до тренувальних і змагальних навантажень того чи іншого виду змагальної діяльності як передумови визначення оптимальних вікових зон початку спеціалізації і тривалості занять до досягнення вищої спортивної майстерності.

Тривалість збереження високого рівня адаптації у різних видах змагальної діяльності. Залежність тривалості збереження високих спортивних досягнень від індивідуальних адаптаційних ресурсів спортсменів. Вплив соціально-економічних і побутових факторів на тривалість збереження високого рівня адаптації.

Етапи вікового розвитку людини. Вікові особливості адаптації спортсменів.

Гетерохронність розвитку функціональних систем та фізичних якостей людини. Сенситивні зони розвитку фізичних якостей.

Формування адаптації в залежності від динаміки та спрямованості тренувальних і змагальних навантажень.

Систематичне ускладнення тренувальних впливів як передумова ефективного протікання пристосувальних процесів в організмі спортсмена у процесі багаторічної підготовки. Основні напрями ускладнення тренувальних впливів. Рівномірне та стрибкоподібне ускладнення тренувальних впливів.

Формування адаптації у залежності від спортивної спеціалізації та статі спортсменів.

Періодизація річної підготовки як основа формування ефективної довготривалої адаптації.

Тема 10. Побудова підготовки висококваліфікованих спортсменів

Мета і завдання підготовки спортсменів на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей. Провідні засоби та методи підготовки спортсменів. Застосування позатренувальних та позазмагальних засобів і методів підготовки. Зростання питомої ваги застосування спеціальних тренажерів та гіпоксичної підготовки. Співвідношення засобів спеціальної, допоміжної та загальної підготовки.

Формування індивідуальних особливостей техніко-тактичної діяльності.

Акцентований розвиток найбільш виражених природних задатків до певного виду змагальної діяльності.

Місце і значення змагань в системі підготовки спортсменів на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей.

Мета і завдання підготовки спортсменів на етапі збереження високих досягнень.

Зміни величини і спрямованості тренувальних навантажень та обсягу змагальних навантажень. Індивідуалізація засобів і методів підготовки. Співвідношення спеціальної, допоміжної та загальної підготовки.

Зростання варіативності коливань величини навантаження у мікро- та мезоциклах.

Застосування позатренувальних та позазмагальних засобів підготовки.

Особливості побудови підготовки спортсменів у олімпійських (чотирирічних) циклах в залежності від віку спортсмена, стажу тренувальних занять та етапу багаторічної підготовки.

Моделювання умов та регламенту проведення змагань на Олімпійських іграх у процесі передолімпійської підготовки.

Основні напрями інтенсифікації підготовки спортсменів у процесі багаторічного вдосконалення.

РОЗДІЛ II

Тема 1. Організаційно-правові основи професійного спорту

Організаційна структура професійного спорту: ліга, клуб, асоціації професійних спортсменів. Інфраструктура професійних спортивних ліг.

Документи, що регламентують діяльність професійної спортивної ліги. Основні управлінські функції ліги. Функції президента професійної ліги. Професійна спортивна ліга, як монополіст на ринку надання послуг з певного виду спорту.

Організаційна структура професійного спортивного клубу. Форми власності у професійному спорті. Документи, що регламентують діяльність професійних спортивних клубів. Функції президента клубу та ради директорів.

Формування правових засад у північно-американському професійному спорті: „чорний список”, система укладання контрактів з професійними спортсменами, судове право у регулюванні взаємовідносин у професійному спорті, трудове та податкове законодавство. Колективна угода і її роль у правовому регулюванні взаємовідносин між адміністрацією клубів і ліг та професійними спортсменами.

Особливості формування правових основ професійного спорту в європейських країнах. Вплив процесів міжнародної інтеграції в Європі на формування правових засад європейського професійного спорту. Роль національних спортивних федерацій європейських країн в управлінні професійним спортом.

Правове регулювання трудових взаємовідносин роботодавець–найманий працівник у професійному спорті. Структура і зміст індивідуального контракту спортсмена–професіонала. Чинні правові документи на основі яких складається індивідуальний контракт спортсмена – професіонала.

Система заходів обмеження прав спортсменів – професіоналів, як ключовий елемент монополістичної політики професійних ліг у сфері трудових взаємовідносин спортсмен – клуб – ліга. Структура системи обмеження прав спортсменів – професіоналів у командних ігрових видах спорту.

Формування асоціацій спортсменів професійних ліг (галузеві профспілки) та їхня роль у захисті соціальних прав і свобод професійних спортсменів.

Тема 2. Економічні основи розвитку професійного спорту

Специфіка бізнесу у професійному спорті. Партнерство у бізнесі і жорстка конкуренція на спортивних майданчиках, як основа бізнесу у професійному спорті. Специфічні чинники стимулювання ефективності спортивного бізнесу.

Джерела прибутків у спортивному бізнесі. Фактори, що впливають на відвідуваність змагань вболівальниками. Продаж сезонних абонементів, як основа квиткового бізнесу. Обладнання віп-лож та розширення асортименту додаткових послуг для вболівальників. Політика цін на квитки. Продаж прав на телетрансляції змагань. Структура прибутків у професійному спорті.

Маркетинг у професійному спорті, як метод, ідеологія і філософія для прийняття рішень, котрі приводять діяльність ліг і клубів у відповідність до потреб ринку. Рекламно – комерційна та ліцензійно – комерційна діяльність у професійному спорті.

Статті видатків у професійному спорті: зарплата спортсменів; адміністративні витрати; транспортні видатки; оплата житла та харчування у матчах на виїзді; придбання устаткування, інвентаря, спортивної екіпіровки тощо; оренда спортивних споруд, або їх утримання; видатки на рекламу; внески до пенсійного та медичного фондів; оплата страхування гравців; фінансування спортивних програм; оплата податків.

Основні показники економічної діяльності професійних ліг. Динаміка прибутків елітних професійних ліг, динаміка зростання середньої зарплати спортсменів елітних професійних ліг, вартість провідних професійних спортивних клубів світу.

Тема 3. Системи змагань у професійному спорті.

Економічна ефективність систем змагань. Чинники підвищення економічної ефективності систем змагань: стабільність календаря змагань; визначення оптимальної кількості стартів упродовж одного сезону; економія коштів на турнірні переїзди; створення пільгових умов для команд і спортсменів, котрі на попередніх етапах змагань чи у попередніх турнірах мали вищий рейтинг.

Системи змагань у провідних лігах командних ігрових видів професійного спорту. Обґрунтування поділу ліг на конференції та дивізіони. Системи проведення регулярних чемпіонатів та кубків. Облік, аналіз та висвітлення у засобах масової інформації різноманітних компонентів змагальної діяльності.

Формування системи змагань у тенісі. Структура календаря змагань Асоціації тенісистів – професіоналів. Структура календаря змагань Всесвітньої тенісної асоціації. Аналіз турнірів «Grand Slam». Неофіційні чемпіонати світу серед професійних тенісистів та тенісисток. Системи заохочень професійних тенісистів до участі у турнірах та системи нарахування рейтингових очок в АТР та WTA.

Особливості систем змагань у професійному боксі. Оптимальна кількість поєдинків на рік у спортсменів, які проводять рейтингові, претендентські та титульні бої. Проведення поєдинків за звання абсолютних чемпіонів світу та матч – реваншів.

Система змагань у шосейних велогонках. Збалансованість та регулярність календаря змагань Міжнародного союзу велосипедистів. Аналіз організації і проведення найпрестижніших багатоденних шосейних велогонок „ Вуельта Іспанії”, „ Джіро Італія”, „ Тур де Франс”.

Система рейтингування професійних велосипедистів - шосейників.

Система змагань „ Формула – 1”. Рейтингування пілотів та команд. Стимулювання інтересу глядачів до гонок „ Формула - 1 ”.

Система комерційних змагань в легкій атлетиці: „ Золота ліга ” „ Гран-прі IAAF”.

Тема 4. Системи відбору новачків у професійному спорті.

Поняття „новачок ” у професійному спорті. Система „Драфт”, як основа відбору новачків в ігрових командних видах професійного спорту. Сутність системи драфт і її вплив на підвищення конкурентоспроможності команд та на економічну ефективність діяльності професійних клубів і ліг.

Сутність драфт-лотереї, драфту розширення та драфту відмов.

Особливості систем відбору новачків в елітних лігах північно-американського професійного спорту: розробка і вдосконалення системи тестування професійно значущих показників фізичної , функціональної та техніко-тактичної підготовленості потенційних новачків; організація роботи у

тренувальних таборів напередодні драфту; системи психологічного тестування кандидатів на працевлаштування у професійних клубах елітних ліг. Організаційні аспекти процедури драфту в елітних лігах північно-американського професійного спорту.

Відмінні риси систем відбору новачків в елітних лігах європейського професійного спорту.

Основи методики відбору професійних спортсменів в індивідуальних та індивідуально-командних видах професійного спорту. Система відбору пілотів до участі в автогонках „ Формула-1 ”. Система відбору спортсменів до занять професійним боксом: професійно значущі показники фізичної, технічної, тактичної і психологічної підготовленості; вік, стаж занять та темпи зростання спортивної майстерності в непрофесійному боксі.

Особливості відбору професійних велосипедистів-шосейників: вікові характеристики, успіхи в непрофесійному велоспорті, рівень фізичних і функціональних можливостей організму, схильність до певного виду гонок (гонки на швидкість, гонки в горах, здатність до ефективного фінішування на фоні втоми). Комплектування конкурентоспроможних команд велосипедистів-шосейників до участі у багатоденних велотурах.

Основи системи відбору обдарованих тенісистів. Система послідовного відбору: 7-10- річний вік – залучення до систематичних занять і визначення генетичної схильності до занять тенісом; 12- річний вік – визначення здатності до концентрації уваги, швидкості складних реакцій та швидкості обробки інформації; 14- річний вік і старші – інтелектуальні здібності та стійкість до стресових ситуацій в умовах змагальної діяльності.

Тема 5. Особливості підготовки професійних спортсменів..

Організаційні та матеріально-технічні засади підготовки баскетболістів в США та Європейських країнах.

Особливості командних занять перед початком регулярного чемпіонату та під час регулярного чемпіонату . Відповідальність гравців за фізичний і функціональний стан в міжсезонні.

Вузька спеціалізація гравців і тренерів. Раціональне збалансоване харчування, як чинник системи підготовки баскетболістів в NBA. Місце психічної підготовки в командних та індивідуальних заняттях баскетболістів.

Відмінні риси підготовки хокеїстів в Канаді , США, Росії, Швеції та Чехії. Особливості тренувального процесу в командах NHL: кількість занять На день, їхня тривалість, інтенсивність та спрямованість. Застосування поза тренувальних факторів підвищення здатності до тривалої і ефективної змагальної діяльності.

Самостійна робота хокеїстів під час літніх канікул, командна підготовка у процесі передсезонного збору, організація тренувального процесу в паузах між іграми регулярного чемпіонату та Кубку Стенлі.

Організаційно-методичні основи систем підготовки професійних футболістів в європейських країнах. Характерні особливості підготовки елітних футбольних команд.

Особливості підготовки професійних тенісистів у європейських країнах та США: етапність, вікові групи, збалансованість систем тренувань і змагань; високі вимоги до професійної майстерності тренерів.

Особливості системи підготовки професійних велосипедистів–шосейників: відсутність перспективного планування, великі загальні обсяги навантажень (40-45 тис. кілометрів на рік); великий обсяг змагальної діяльності (20-24 тис. кілометрів на рік); тривалий сезон змагань (8-9 місяців на рік); поєднання універсалізму з вузькою спеціалізацією; виведення на пік форми до найвідповідальніших змагань сезону (згідно контракту).

Відмінні риси організації і змісту підготовки боксерів професіоналів. Поєднання різнобічності підготовки та специфіки безпосередньої підготовки до поєдинку у відповідності до манери бою та підготовленості конкретного суперника.

РОЗДІЛ III

Тема 1. Програмно-нормативне забезпечення підготовки спортсменів до Олімпійських ігор.

Основні поняття дисципліни: спорт, спортсмен, масовий спорт, резервний спорт, олімпійський спорт, дитячий спорт, дитячо-юнацькі спортивні школи, громадська організація фізкультурно-спортивної спрямованості, єдиний календарний план фізкультурно-оздоровчих та спортивних заходів України, навчально-тренувальні збори, спортивні клуби, спортивні федерації, суб'єкти сфери фізичної культури і спорту, школи вищої спортивної майстерності, центри олімпійської підготовки.

Законодавча база розвитку системи олімпійської підготовки в Україні: Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту; Закон України „Про фізичну культуру і спорт”; Закон України „Про антидопінговий контроль у спорті”; Закон України „Про підтримку олімпійського, параолімпійського руху та спорту вищих досягнень в Україні”; Цільова комплексна програма „Фізичне виховання – здоров'я нації”; Цільові комплексні програми підготовки спортсменів України до літніх і зимових Олімпійських ігор; Указ Президента України „Про підготовку та участь спортсменів України в Олімпійських і Параолімпійських іграх, Всесвітніх іграх глухих, Всесвітніх Універсіадах, чемпіонатах світу та Європи”; Указ Президента України „Про додаткові заходи щодо державної підтримки розвитку фізичної культури і спорту в Україні”; Постанова Кабінету Міністрів України „Про заходи щодо підготовки та участі спортсменів України в XIX зимових, XXVIII літніх Олімпійських, VIII зимових і XII літніх Параолімпійських іграх, Всесвітніх іграх глухих, Всесвітніх Універсіадах, чемпіонатах світу та Європи”; Постанова Кабінету Міністрів України „Про невідкладні заходи щодо розвитку дитячо-юнацького спорту, створення сучасних олімпійських навчально-тренувальних баз, забезпечення підготовки національної збірної команди України до XXVIII літніх Олімпійських ігор”.

Стратегія формування сучасної системи олімпійської підготовки на період до 2020 року. Положення про центр олімпійської підготовки.

Тема 2. Науково-методичне забезпечення олімпійської підготовки

Науково-методичне забезпечення як складова системи забезпечення спортивної підготовки. Матрична, програмно-цільова структура управління науково-методичного забезпечення. Структура та зміст системи науково-методичним забезпеченням підготовки національних олімпійських команд.

Компоненти науково-методичного забезпечення олімпійської підготовки: спортивно-педагогічний, медико-біологічний, психологічний, інформаційний, матеріально-технічний та організаційний. Моделі науково-методичного забезпечення підготовки висококваліфікованих спортсменів (на прикладі Австралії та Великобританії).

Поняття цільової комплексної програми підготовки національних команд в олімпійському та річному циклах. Структура цільової комплексної програми підготовки національної команди до олімпійських ігор: основні напрями і тенденції розвитку виду спорту у світі та країні; характеристика вихідного стану розвитку виду спорту в країні; прогноз конкурентоспроможності виду спорту в головних змаганнях олімпійського циклу; планування тренувальних та змагальних навантажень за роками олімпійського циклу; система відбору в національну команду та у стартовий склад; організаційні форми підготовки членів національної команди; матеріально-технічні умови підготовки національної команди; кадрове забезпечення підготовки національної команди; фінансове забезпечення підготовки національної команди; науково-методичне забезпечення підготовки команди; медичне забезпечення підготовки національної команди; контроль реалізації завдань ЦКП.

Тема 3. Побудова підготовки спортсменів в олімпійських циклах

Структура і зміст підготовки спортсменів в олімпійських циклах. Стратегія олімпійської підготовки у річних макроциклах.

Методичні підходи до побудови моделей чотирирічного олімпійського циклу підготовки спортсменів високої кваліфікації: завчасне визначення основних кандидатур, які будуть залучені до напруженої підготовки до майбутніх Олімпійських ігор; концентрація фінансових, організаційно-управлінських, матеріально-технічних, науково-методичних, медичних ресурсів щодо підготовки спортсменів, здатних реально претендувати на завоювання олімпійських нагород; цільовий підхід, відповідно до якого прогнозований кінцевий результат у вибраній спортивній дисципліні на Олімпійських іграх визначає характер і зміст підготовки спортсменів; індивідуалізація процесу підготовки з урахуванням генетичної природи фізичних якостей і властивостей особистості спортсмена; динамічність системи підготовки, що визначає гнучке планування, оперативну корекцію програми на підставі постійного вивчення й урахування тенденцій розвитку у світовому спорті, змін правил, міжнародного календаря змагань, модернізації інвентарю, спорядження.

Тема 4. Досвід побудови олімпійської підготовки у світі

Підходи до побудови олімпійської підготовки Розвиток основ централізованої підготовки в олімпійському спорті. Розвиток зарубіжних центрів олімпійської спортивної підготовки і спортивної науки. Науково-методичне, апаратне і медичне забезпечення спортивної підготовки в зарубіжних країнах. Матеріально-технічне забезпечення збірних команд зарубіжних країн. Система змагань і відбір до збірних команд зарубіжних країн. Соціальна підтримка олімпійців в зарубіжних країнах. Олімпійська підготовка спортсменів СРСР у період 1952-1992 рр. Досвід підготовки німецьких спортсменів до Олімпійських ігор. Олімпійська підготовка національної команди США. Розвиток олімпійської підготовки спортсменів у Китаї (КНР).

Тема 5. Система олімпійської підготовки в Україні

Проблеми вітчизняної системи олімпійської підготовки: малоефективна система управління олімпійською підготовкою, залучення до її організації значної кількості суб'єктів спортивного руху; нераціональне використання наявних ресурсів для олімпійської підготовки; незадовільне матеріально-технічне забезпечення олімпійської підготовки; недостатній рівень конкуренції при формуванні збірних команд України; низьке наукове та медичне забезпечення олімпійської підготовки.

Перспективи розвитку системи олімпійської підготовки в Україні. Фінансування олімпійського руху в Україні: реформування системи управління розвитком спорту та олімпійської підготовки; здійснення олімпійської підготовки з видів спорту, в яких Україна здатна мати олімпійські медалі в найближчі 8 років; залучення до олімпійської підготовки у пріоритетних видах спорту спортсменів світового рівня; забезпечення виходу на пік готовності в 4-річному циклі на Іграх чергової Олімпіади 50-70 % спортсменів, які були залучені до олімпійської підготовки; створення сучасних центрів олімпійської підготовки; удосконалення медичного та фармакологічного забезпечення олімпійської підготовки; удосконалення медичного та фармакологічного забезпечення олімпійської підготовки. Центри олімпійської підготовки в Україні. Науково-методичне забезпечення олімпійської підготовки в Україні.

Рекомендована література

Основна:

1. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : учеб. [для тренеров] / В. Н. Платонов. – Киев : Олимпийская литература, 2015. – Кн. 1. – 2015. – 680 с.
2. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : учеб. [для тренеров] / В. Н. Платонов. – Киев : Олимпийская литература, 2015. – Кн. 2. – 2015. – 752 с.
3. Comparative analysis of choreographic training of athletes from foreign and Ukrainian sport aerobics teams / Briskin Yu, Todorova V, Perederiy A, Pityn M. // Journal of Physical Education and Sport. – 2016. – Vol. 16, is. 4. – P. 1352–1356.

4. Pityn M. Features of theoretical training in combative sports / Pityn Maryan, Briskin Yuriy, Zadorozhna Olha // Journal of Physical Education and Sport. – 2013. – Vol. 13(2), art 32. – P. 195–198.
5. Бріскін Ю. Удосконалення структури та змісту навчальної дисципліни „Професійна майстерність тренера” / Юрій Бріскін, Аліна Передерій, Мар’ян Пітин, Євген Приступа // Фізична активність, здоров’я і спорт. – 2010. – № 1. – С. 74–80.
6. Briskin Y. Indicators of special training of highly skilled archers in pre mesocycle / Yuriy Briskin, Maryan Pityn, Sergey Antonov // Journal of Physical Education and Sport (JPES). – 2011 – Vol. 11, art 51. – P. 336–341.
7. Дрюков В. О. Науково-методичне та медичне забезпечення спортсменів у спорті найвищих досягнень / В. О. Дрюков, Т. Є. Містулова. – Київ : Наукова думка, 2004. – 277 с.
8. Дрюков В.О. Організація та напрями педагогічного супроводу підготовки збірних команд України до Ігор XXIX Олімпіади в Пекіні (на матеріалі фехтування) // Актуальні проблеми фізичної культури і спорту. – 2008. – № 14. – С. 31–37.
9. Закон України «Про фізичну культуру і спорт» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/3808-12>
10. Игры XXIX Олимпиады и направления совершенствования олимпийской подготовки спортсменов Украины // В. Н. Платонов, Ю. А. Павленко, О. А. Шинкарук [и др.] // Наука в олимпийском спорте. – 2009. – С. 24–26.
11. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : [учеб. для студ. высш. учеб. завед. физ. воспитания и спорта] / В. Н. Платонов. – Киев : Олимпийская литература, 2004. – 808 с. – ISBN 966-7133-64-8.
12. Платонов В. Н. Спорт высших достижений и подготовка национальных команд к Олимпийским играм / В. Н. Платонов. – Москва : Советский спорт, 2010. – 310 с.
13. Платонов В. Олимпийская подготовка национальной команды США: победы, поражения, проблемы [Электронный ресурс] / В. Платонов, С. Масри // Наука в олимпийском спорте. – 2004. – № 2. – С. 30–35.
14. Положення про центр олімпійської підготовки (від 7 вересня 2011 р. N 948) [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/948-2011-%D0%BF>
15. Шинкарук О. Особливості олімпійської підготовки спортсменів у зарубіжних країнах / О. Шинкарук // Фізичне виховання, спорт і культура здоров’я у сучасному суспільстві : зб. наук. пр. Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки. – Луцьк, 2012. – № 1(17). – С. 126–130.
16. Шкретій Ю. М. Організаційне і програмно-нормативне забезпечення олімпійської підготовки [Електронний ресурс] / Ю. М. Шкретій // Спортивна наука України. – 2006. – № 1(2). – Режим доступу : <http://www.nbu.gov.ua/e-journals/SNU/2006-1/06sjmtot.pdf>.

17. Pityn M. Features of theoretical training in combative sports / Pityn Maryan, Briskin Yuriy, Zadorozhna Olha // Journal of Physical Education and Sport. – 2013. – Vol. 13(2), art 32. – P. 195–198.
18. Бріскін Ю. А. Соціально-економічні аспекти гонок „Формула-1” / Бріскін Ю. А., Линець М. М. // Актуальні проблеми організації фізичного виховання студентської та учнівської молоді Львівщини : зб. наук. пр. – Львів, 2003. – С. 24–28.
19. Линець М. М. Економічна ефективність систем змагань в командних ігрових видах професіонального спорту / М. М. Линець // Сучасні проблеми розвитку теорії та методики спортивних і рухливих ігор : тези III Всеукр. наук.-практ. конф. – Львів, 1999. – С. 18–19.
20. Сухов В. Особливості організації відбору баскетболістів до студентських команд США [Електронний ресурс] / Владислав Сухов, Михайло Линець // Спортивна наука України. – 2017. – № 5(81). – С. 41–45. – Режим доступу: <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/647/625>
21. Линець М. М. Професійний спорт і міжнародний спортивний рух / М. М. Линець // Актуальні проблеми організації фізичного виховання студентської та учнівської молоді Львівщини : матеріали II Регіон. наук.-практ. конф. – Львів, 2003. – С. 86–87.
22. Линець М. Розвиток професійного спорту в Україні / Михайло Линець, Людмила Шульга // Теорія і методика фізичного виховання і спорту. – 2005. – № 1. – С. 23–29.
23. Линець М. М. Соціально-економічні аспекти сучасного професійного спорту / Линець М. М. // Актуальні проблеми організації фізичного виховання студентської та учнівської молоді Львівщини : зб. наук. пр. – Львів, 2005. – С. 36–37.
24. Линець М. М. Специфіка бізнесу у професіональному спорті Линець М. М. // Роль фізичної культури і спорту в здоровому способі життя : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. – Львів, 2001. – С. 46–49.
25. Линець М. М. Формування правових засад професійного спорту в Європі / Линець М. М. // Роль фізичної культури в здоровому способі життя : матеріали IV Всеукр. наук.-практ. конф., 24–25 грудня 1999 р. – Львів, 1999. – С. 63–64.
26. Нерода Н. Періодизація розвитку професійного спорту в Європі / Неоніла Нерода, Юрій Бріскін // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2016. – № 2(24). – С. 3–10.
27. Нерода Н. Характеристика європейської моделі професійного спорту та її відмінності від американської [Електронний ресурс] / Неоніла Нерода // Спортивна наука України. – 2016. – № 2(72). – С. 68–72. – Режим доступу: <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/article/view/418>
28. Профессиональный спорт : учеб. для вузов / С. И. Гуськов, В. Н. Платонов, М. М. Линец, Б. Н. Юшко. – Киев : Олимпийская литература, 2000. – 392 с.
29. Сухов В. І. Стан проблеми відбору баскетболістів до команд провідних професійних ліг / Сухов В. І., Линець М. М. // Матеріали I Всеукраїнської з міжнародною участю науково-практичної Інтернет-конференції (20-21

грудня 2016 р.) «Баскетбол: історія, сучасність і перспективи» (з нагоди святкування 125-річчя існування баскетболу в світі. – Дніпро, ЛДІФКіС, 2016. – С.176-178.

Допоміжна:

1. Гавердовский Ю. К. Опыт трактовки ортодоксальной дидактики в современном контексте обучения спортивным упражнениям / Ю. К. Гавердовский // Теория и практика физической культуры. – 1991. – № 8. – С. 12–20.
2. Горбунов Г. Д. Психопедагогика спорта / Г. Д. Горбунов. – Москва : Физкультура и спорт, 2012. – 208 с., ил.
3. Гринь О. Система психологічного забезпечення підготовки спортсменів як проблема сучасної психології спорту / О. Гринь, В. Воронова // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2015. – № 3. – С. 29–34.
4. Каунсилмен Дж. Наука о плавании / Дж. Каунсилмен ; пер. с англ. – Москва : Физкультура и спорт, 1982. – 208., ил.
5. Келлер В. С. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів / В. С. Келлер, В. М. Платонов. – Львів : Українська Спортивна Асоціація, 1992. – 269 с.
6. Оцінювання психофізіологічних станів у спорті : монографія / Георгій Коробейніков, Євген Приступа, Леся Коробейнікова, Юрій Бріскін. – Львів : ЛДУФК, 2013. – 311 с. – ISBN 978-966-2328-59-2.
7. Тер-Ованесян А. А. Педагогика спорта / Тер-Ованесян А. А., Тер-Ованесян И. А. – Киев : Здоров'я, 1986. – 208 с.
8. Платонов В. Теории адаптации и функциональных систем в развитии системы знаний в области подготовки спортсменов / В. Платонов // Наука в олимпийском спорте. – 2017. – № 1. – С. 29–47.
9. Приступа Е. Н. Решение проблем современной молодежи средствами олимпийского образования / Приступа Е. Н., Брискин Ю. А., Питын М. П. // Sportul Olimpic și sportul pentru toți : materialele Congresului Șt. Intern. – Chișinău, 2011. – Vol. 1. – P. 148–151.
10. Приступа Є. Формування системи знань про спорт інвалідів / Євген Приступа, Юрій Бріскін, Аліна Передерій // Humanistyczny wymiar kultury fizycznej / red. nauk. Mariusz Zasada [i in.]. Seria: Monografie. – Bydgoszcz ; Lwow ; Warszawa, 2010. – Nr 12. – S. 245–258.
11. Родионов А. В. Психофизическая тренировка / А. В. Родионов. – Москва : Дар, 1995. – 64 с., ил.
12. Туманян Г. Профессия – тренер / Туманян Г., Харацидис С. // Теория и практика физической культуры. – 1998. – № 1. – С. 28–29.
13. Sport specialists attitude to structure and contents of theoretical preparation in sport [Electronic resource] / Maryan Pityn, Yuriy Briskin, Alina Perederiy, Yaroslav Galan, Oleksandr Tsyhykalo, Iryna Popova // Journal of Physical Education and Sport. – 2017. – Vol. 17, is. 3. – P. 988–994. doi:10.7752/jpes.2017.s3152<http://efsupit.ro/images/stories/17august2017/art152.pdf>

- 14.Брискин Ю. А. Структура и содержание теоретической подготовки фехтовальщиков / Брискин Ю. А., Питын М. П., Задорожная О. Р. // Физическое воспитание студентов. – 2013. – № 4. – С. 10–14.
- 15.Бріскін Ю. Освіченість фехтувальників з теорії обраного виду спорту та олімпізму на різних етапах багаторічної підготовки / Бріскін Юрій, Пітин Мар'ян, Задорожна Ольга // Теорія та методика фізичного виховання. – 2012. – № 5. – С. 3–7.
- 16.Бурк В. Спорт в Китае: история развития и современное состояние / В. Бурк // Наука в олимпийском спорте. – 2014. – № 1. – С. 54–59.
- 17.Вацеба О. Організаційні та програмно-нормативні засади підготовки до реалізації стратегічного національного проекту "ОЛІМПІЙСЬКА НАДІЯ – 2022" / Оксана Вацеба // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. Вінницьк. держ. пед. ун-ту імені Михайла Коцюбинського. – Вінниця, 2014
- 18.Ву Хау Система научного и медицинского обеспечения спортсменов олимпийской команды Китая [Электронный ресурс] / Ву Хау // Наука в олимпийском спорте. – Режим доступа: http://www.nbu.gov.ua/old_jrn/Soc_Gum/NOS/2009_2/NvOS_2_2009_arts_pdf/Art_3.pdf
- 19.Задорожна О. Значущість компонентів теоретичної підготовки фехтувальників на різних етапах багаторічного удосконалення / Ольга Задорожна, Мар'ян Пітин // Спортивний вісник Придніпров'я. – 2012. – № 1. – С. 212–215.
- 20.Задорожна О. Результативність провідних спортсменок України у командних змаганнях із фехтування на шпагах (на прикладі сезону 2014–2015 рр.) / Задорожна О. Р., Семеряк З. С., Гошко А. Є. // Науковий часопис Нац. пед. ун-ту ім. М. П. Драгоманова. – Київ, 2017. – № 2(83). – С. 40–44.
- 21.Задорожна О. Порівняльний аналіз результативності шпажисток збірної команди України в особистих та командних змаганнях / Задорожна О. Р., Семеряк З. С., Свистіль Ю. В. // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. Вінницьк. держ. пед. ун-ту імені Михайла Коцюбинського. – Вінниця, 2017. – Вип. 3(22), т. 2. – С. 289–294.
- 22.Задорожна О. Результативність спортсменок збірної команди Естонії у командних змаганнях із фехтування на шпагах (на прикладі сезону 2016-2017 рр.) / Задорожна О., Гошко А., Палатний А. // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : Зб. наук. пр. Вінницьк. держ. пед. ун-ту імені Михайла Коцюбинського. – Вінниця, 2018. – Вип. 5(24), т. 2. – С. 210–216.
- 23.Бріскін Ю. Характеристика комерційних змагань у фехтуванні / Юрій Бріскін, Мар'ян Пітин, Неоніла Нерода, Олександр Ваулін // Фізична культура, спорт та здоров'я нації : зб. наук. пр. Вінницьк. держ. пед. ун-ту імені Михайла Коцюбинського. – Вінниця, 2014. – Вип. 18, т. 1. – С. 356–361.

Інформаційні ресурси інтернет:

1. Верховна Рада України. Закони [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12>
2. Про затвердження Положення про дитячо-юнацьку спортивну школу [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/993-2008-п>
3. Міністерство молоді та спорту України. Сайт [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://dsmsu.gov.ua/index/ua>
4. Концепція підготовки спортсменів України до Ігор XXXII Олімпіади 2020 р. в м. Токіо (Японія) [Електронний ресурс]. – Режим доступу:
5. http://www.dsmsu.gov.ua/media/2017/03/29/42/Koncepciya_Tokio.pdf
6. НОК України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.noc-ukr.org/>
7. Міжнародний Олімпійський комітет [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.olympic.org/>
8. Олімпійська арена [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.olimparena.org/>
9. Освітній портал „Веспо” [Електронний ресурс]. – Режим доступу: www.vespo.com.ua
10. Міжнародна Федерація футболу [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.fifa.com/>
11. Головна Ліга бейсболу [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.mlb.com/>
12. Національна баскетбольна асоціація [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.nba.com/>
13. Національна хокейна ліга [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.nhl.com/>
14. Національна футбольна ліга [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.nfl.com/>