

ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
Кафедра Олімпійського, професійного та адаптивного спорту

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

“ПРОФЕСІЙНА МАЙСТЕРНІСТЬ ТРЕНЕРА ”

(шифр і назва навчальної дисципліни)

напрямок підготовки _____

(шифр і назва напрямку підготовки)

спеціальність _____ 7.01020201- «Спорт (за видами)» _____

(шифр і назва спеціальності)

спеціалізація _____

(назва спеціалізації)

інститут, факультет, відділення факультети спорту та підвищення кваліфікації,
перепідготовки та заочної освіти _____

(назва інституту, факультету, відділення)

Робоча програма з дисципліни «Професійна майстерність тренера» для студентів за спеціальністю 7.01020201 «Спорт (за видами)»
ІХ с. (денна форма навчання), ХІІ с. (заочна форма навчання).

Розробники: доц., к.фіз.вих. Пітин М.П.

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри Олімпійського, професійного та адаптивного спорту

Протокол від “27” серпня 2015 року №1

Завідувач кафедри Олімпійського, професійного та адаптивного спорту

(підпис)

(Бріскін Ю. А.)
(прізвище та ініціали)

Робоча програма затверджена на засіданні Ради факультету спорту

Протокол від. “ ____ ” _____ 20__ року № ____

Голова _____
(підпис)

(_____
(прізвище та ініціали)

Робоча програма затверджена на засіданні Ради факультету ПК ПП ПЗО

Протокол від. “ ____ ” _____ 20__ року № ____

Голова _____
(підпис)

(_____
(прізвище та ініціали)

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 1,5	Галузь знань 0102 – Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини <u>Напрямок підготовки</u>	Нормативна	
Модулів – 1	Спеціальність: 7.01020201 – Спорт (за видами)	Рік підготовки:	
Змістових модулів – 3		5-й	6-й
Загальна кількість годин: 90		Семестр	
		IX-й	XII-й
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 2 самостійної роботи студента - 2	Освітньо-кваліфікаційний рівень: «спеціаліст»	Лекції	
		10 год.	8 год.
		Практичні, семінарські	
		20 год.	8 год.
		Лабораторні	
		-	-
		Самостійна робота	
60 год.	74 год.		
Вид контролю: екзамен (денна та заочна форма)			

Примітка.

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

для денної форми навчання – 30/60

для заочної форми навчання – 16/74

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою навчальної дисципліни "Професійна майстерність тренера" є оволодіння студентами спеціальними знаннями та методичними навичками самостійної, творчої поліфункціональної діяльності спеціаліста галузі фізичного виховання та спорту.

Завданнями дисципліни «Професійної майстерності тренера» є формування у студентів фундаментальних знань та умінь стосовно наукових і практичних відомостей про професійну діяльність в Олімпійському та професійному спорті, розкриває сутність підготовленості та професійних завдань фахівця, обґрунтовує підбір специфічних прийомів професійної діяльності тренера та спортивного

функціонера - агента професійного спортсмена, формує професійні навички спеціаліста.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен

знати: особливості діяльності в Олімпійському та професійному спорті, структуру та рівні підготовленості тренера, вплив спорту на особистість, специфіку дидактичних принципів у спортивно-педагогічній діяльності, психологічні чинники успішності процесу підготовки спортсменів.

вміти: застосовувати у практичній діяльності одержані знання, використовувати адекватні засоби і методи підготовки та контролю, формувати мотивації спортивної діяльності, розвивати професійно значущі якості.

3. Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. Професійна діяльність у спорті вищих досягнень

Тема 1. Тренер-професіонал

Структура підготовленості тренера: загально-теоретична базова; спеціально-теоретична; професійно-педагогічна; професійно-практична підготовленість тренера. Модельні характеристики професійної кваліфікації тренера. Професійні здібності тренера. Особистість тренера та стилі керівництва. Правове регулювання ПС в Україні. Структура контракту спортсмена-професіонала.

Змістовий модуль 2. Тренер-педагог

Тема 2. Специфіка дидактичних принципів в спорті.

Специфіка дидактичних принципів в спорті. Принцип доцільності і практичності. Принцип готовності. Принцип керованості та підконтрольності. Принцип позитивної мотивації. Принцип систематичності. Принцип змістовної та перцептивної наочності (полісенсорності). Принцип планомірності і поступовості. Принцип методичного динамізму та прогресування. Принцип функціональної надмірності та надійності. Принцип міцності і пластичності. Принцип доступності та спонукальної складності. Принцип індивідуалізованого навчання у колективі. Принцип формально-евристичної єдності. Принцип науково-раціональної та інтуїтивно-емпіричної єдності.

Тема 3. Педагогічна діяльність тренера.

Зміст педагогічної діяльності тренера. Система спеціальних знань, що необхідна спортсменові. Вплив занять спортом на особистість. Структура та зміст щоденника самоконтролю спортсмена. Основні засоби та методи передачі інформації в навчально-тренувальному процесі. Допоміжні засоби і методи передачі інформації.

Змістовий модуль 3. Тренер-психолог

Тема 4. Психологічні чинники успішності процесу підготовки

Проблема практичної психології у спорті. Характеристика діяльності практичного психолога в спорті. Мотивація спортсмена в тренувальному процесі. Психологічні чинники успішності процесу підготовки.

4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин											
	денна форма						Заочна форма					
	усього	у тому числі					усього	у тому числі				
л		с	п	лаб	с.р.	л		с	п	лаб	с.р.	
Модуль												
Змістовий модуль 1. Професійна діяльність у спорті вищих досягнень												
Тема 1. Тренер-професіонал	30	4	6	-	-	20	28	2	2	-	-	24
Разом за змістовим модулем 1	30	4	6	-	-	20	28	2	2	-	-	24
Змістовий модуль 2. Тренер-педагог												
Тема 2. Специфіка дидактичних принципів в спорті..	16	2	2	2	-	10	19	2	2	-	-	15
Тема 3. Педагогічна діяльність тренера.	16	2	2	2	-	10	14	2	2	-	-	10
Разом за змістовим модулем 2	32	4	4	4	-	20	33	4	4	-	-	25
Змістовий модуль 3. Тренер-психолог												
Тема 4 Психологічні чинники успішності процесу підготовки	28	2	4	2	-	20	29	2	2	-	-	25
Разом за змістовим модулем 3	28	2	4	2	-	20	29	2	2	-	-	25
Усього годин	90	10	14	6	-	60	90	8	8	-	-	74

5. Теми семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1	Тренер-професіонал	6	2
2	Специфіка дидактичних принципів в спорті	2	2
3	Педагогічна діяльність тренера	2	2
4	Психологічні чинники успішності процесу підготовки	4	2
	Разом:	14	8

6. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1	Характеристика змагальної діяльності в обраному виді	2	-

	спорту.		
2	Аналіз технічної і тактичної підготовленості спортсмена.	2	-
3	Організація та проведення психотехнічних тренувань.	2	-
	Разом:	6	-

7. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1	Тема 1. Тренер-професіонал. Самостійна робота: "Тренер-кумир" Конспект самопідготовки.	20	24
2	Тема 2. Специфіка дидактичних принципів в спорті. Конспект самопідготовки.	10	15
3	Тема 3. Педагогічна діяльність тренера. Конспект самопідготовки.	10	10
4	Тема 4 Психологічні чинники успішності процесу підготовки. Конспект самопідготовки.	20	25
	Разом	60	74

9. Індивідуальні завдання

1. Конспекти самопідготовки.
2. Самостійна робота за темою: "Тренер-кумир".
3. Письмова робота "Характеристика змагальної діяльності в обраному виді спорту".
4. Письмова робота "Аналіз технічної і тактичної підготовленості спортсмена".
5. План психотехнічного тренування.

Загальні положення

Відповідно до навчального плану студенти факультету заочного навчання виконують контрольну роботу у 12 семестрі.

Завдання контрольної роботи:

Поглибити і закріпити знання студентів з дисципліни "Професійна майстерність тренера";

Отримати навички опрацювання літературних джерел і вміння узагальнювати матеріал;

Перевірка знань студентів з певної теми предмету.

Після вибору теми контрольної роботи (див. розділ “Тематика контрольних робіт”) необхідно приступити до підбору літературних джерел і попереднього ознайомлення з їх змістом. Це полегшить складання плану контрольної роботи.

В плані повинні бути три основні розділи:

Вступ - обґрунтування актуальності та короткі повідомлення про зміст контрольної роботи;

Основна частина - в логічній послідовності розкриває зміст обраної теми;

Узагальнюючі висновки.

До виконання контрольної роботи студенти повинні підходити творчо. Якість роботи оцінюється насамперед по тому, наскільки самостійно і вірно студент розкриває в ній зміст головних питань теми.

Необхідно уникати поверхневого викладення, загальних фраз, дослівного запозичення тексту з використаних джерел. При дослівному записі (цитованні) слід обов’язково робити посилання на джерела зі значенням сторінок.

Зовнішнє оформлення роботи

Контрольна робота повинна мати обкладинку і титульну сторінку, на якій зверху пишеться: Львівський державний університет фізичної культури. Факультет заочного навчання. Нижче зазначається назва теми, а також прізвище, ім’я та по-батькові студента, курс, група і домашня адреса.

На першій сторінці роботи пишеться план контрольної роботи.

В кінці роботи наводиться список використаної літератури, зазначається дата відправки в університет і особистий підпис виконавця.

Список літературних джерел складається за алфавітом (дивись приклади запису рекомендованої літератури до відповідних тем).

Тема 1. Професійна діяльність в спорті.

1. Олімпійський та професійний спорт як види діяльності.
2. Види професійної діяльності в ОіПС.
3. Характеристика окремих видів діяльності в ОіПС.

Тема 2. Аналіз правових документів, що регламентують професійну діяльність фахівця Олімпійського і професійного спорту.

На основі аналізу текстів правових документів представити узагальнену інформацію (конспект). Для виконання завдання з самостійної роботи

опрацювати за вибором наступні документи: закон України „Про фізичну культуру і спорт”, закон України „Про вищу освіту”, закон України „Про освіту”, Положення про ДЮСШ

3-4. Аналіз технічної і тактичної підготовленості спортсмена. (за вибором студента виконується завдання 1 або 2 контрольної роботи у межах теми 3-4)

Мета роботи: Ознайомити з методами візуального контролю та самооцінки технічної і тактичної підготовленості спортсмена

Теоретичні відомості

Техніка – спосіб виконання спортивної вправи.

Технічна підготовленість – це ступінь оволодіння спортсменом системою рухів, прийомів і дій (технікою виду спорту), характерних для результатів змагальної діяльності в даному виді спорту.

Технічна підготовленість повинна бути тісно пов'язаною з фізичними, психічними, тактичними можливостями спортсмена, з конкретними умовами змагальної діяльності та зовнішнього середовища. Зрозуміло, що чим більшою кількістю прийомів і дій володіє спортсмен, тим більшою мірою він готовий до вирішення складних тактичних завдань, що виникають в процесі змагальної боротьби.

Існують візуальні (експертна оцінка) та інструментальні (вимірювання характеристик техніки) методи оцінки технічної підготовленості.

Комплексне використання різних методів контролю дає можливість оцінити наступні характеристики технічної підготовленості:

- ефективність, яка поділяється на абсолютну, порівняльну та реалізаційну; Абсолютна ефективність – ступінь відповідності техніки спортсмена певним еталонним параметрам.

Порівняльна ефективність – порівняння техніки спортсменів різної кваліфікації.

Реалізаційна ефективність – рівень реалізації рухового потенціалу в змагальних умовах.

- стійкість до збиваючих факторів (стабільність основних динамічних та кінематичних характеристик рухів в умовах втоми, несприятливих кліматичних умов, напруженості змагальної діяльності тощо.

Технічна підготовленість спортсмена характеризується також загальним і змагальним обсягом техніки та ступенем реалізації обсягу техніки в змагальній діяльності.

Загальний обсяг техніки – кількість специфічних рухових дій, що засвоєна спортсменом.

Змагальний обсяг техніки – кількість рухових дій, що ефективно застосовується у змагальній діяльності.

Ступінь реалізації обсягу техніки в змагальній діяльності – відношення змагального обсягу техніки до загального.

Тактика – цілеспрямовані способи використання технічних прийомів для вирішення змагальних задач з урахуванням правил змагань, позитивних та негативних характеристик підготовленості (власної, партнерів, суперників) та умов середовища.

Ефективність тактики характеризується тим, наскільки використаний в змаганнях тактичний варіант допоміг розв'язати поставлену задачу.

Загальний обсяг техніки – кількість тактичних варіантів, що засвоєні спортсменом або командою.

Змагальний обсяг тактики – кількість тактичних варіантів, що ефективно застосовуються в змагальній діяльності.

В циклічних видах спорту тактика полягає у виборі оптимальної динаміки швидкості проходження дистанції з урахуванням власної підготовленості, складу суперників, умов середовища тощо.

Завдання 1:

Оцінити власний: загальний обсяг техніки, змагальний обсяг техніки; ступінь реалізації обсягу техніки в змагальній діяльності.

При виконанні завдання 1 заповнюється таблиця 1:

Відомості про спортсмена		Рухові дії, прийоми		Відомості про засвоєність та застосування рухових дій, прийомів	
Спеціалізація	Кваліфікація	Група	Назва	Вивчення Так (+) Ні (-)	Ефективність застосування в змагальній діяльності (+), (-)
		Наприклад:			
		1. Вихідні положення	-		
		2. Пересування	-		
		3. Основні рухи	-		

Після заповнення таблиці визначається загальний та змагальний обсяг техніки та відношення змагального обсягу техніки до загального:

$$K_p = \frac{\Sigma_2}{\Sigma_1} \cdot 100\%$$

де K_p – коефіцієнт реалізації технічної підготовленості в змагальній діяльності;

Σ_1 – загальний обсяг техніки,

Σ_2 – змагальний обсяг техніки.

Завдання 2:

Оцінити власний загальний та змагальний обсяги техніки в циклічних видах спорту (варіанти динаміки швидкості при проходження дистанції).

Заповнюється таблиця 2:

№	Характеристика варіанту динаміки швидкості (за Уткіним В.Л.)	Засвоєний Так (+), Ні (-)	Ефективність застосування в змагальній діяльності (+), (-)
1	Швидкість переміщення по дистанції практично не змінюється від старту до фінішу		
2	Швидкість переміщення постійно зменшується протягом всієї дистанції		
3	Швидкість переміщення по дистанції неодноразово збільшується і зменшується		
4	Швидкість переміщення вища середньої на початку і в кінці дистанції і нижча середньої в середині дистанції		
5	Швидкість переміщення зростає протягом всієї дистанції		
6	Швидкість переміщення постійна в першій половині дистанції, а потім постійно зменшується до самого фінішу		
7	Після короткого стартового розгону швидкість переміщення зменшується, а потім збільшується в кінці дистанції, на фініші		
8	Швидкість переміщення на початку дистанції перевищує середню, а потім знижується і залишається незмінною до фінішу		
9	Швидкість переміщення постійна на початку і в		

	середині дистанції і збільшується до фінішу		
--	---	--	--

Після заповнення таблиць 1, 2 зробити висновок про рівень технічної, тактичної підготовленості та надати методичні рекомендації щодо подальшої підготовки.

10. Методи навчання

1. Самостійна робота студентів:

- підготовка до аудиторних занять (лекцій, практичних, семінарських, тощо);
- виконання практичних завдань протягом семестру;
- самостійне опрацювання окремих тем навчальної дисципліни;
- виконання контрольних робіт студентами заочної і дистанційної форм навчання;
- підготовка і виконання завдань, передбачених програмою практичної підготовки;
- підготовка до усіх видів контролю (іспиту, заліку тощо).

2. Словесні методи: лекція, обговорення, бесіда.

3. Наочні методи: демонстрація слайдів, фільмів.

11. Методи контролю

Поточний контроль здійснюється під час проведення практичних та семінарських занять в усній та письмовій формах.

1. Опитування.
2. Перевірка завдань для самостійної роботи.
3. Перевірка матеріалів самопідготовки.
4. Виконання завдань практичних занять.
5. Виконання контрольної роботи (для студентів ФПК ІІІ та ЗО).

Підсумковий контроль – екзамен.

Екзаменаційні вимоги

1. Структура підготовленості тренера
2. Структура загально-теоретичної базової підготовленості тренера
3. Структура спеціально-теоретичної підготовленості тренера
4. Структура професійно-спеціальної підготовленості тренера
5. Структура професійно-практичної підготовленості тренера
6. Рівні професійної майстерності тренера
7. Види професійно-педагогічних здібностей тренера
8. Дидактичні здібності тренера
9. Перцептивні здібності тренера
10. Конструктивні здібності тренера
11. Експресивні здібності тренера
12. Комунікативні здібності тренера
13. Організаторські здібності тренера
14. Стилі керівництва групою

15. Автократичний стиль керівництва
16. Авторитарний стиль керівництва
17. Демократичний стиль керівництва
18. Ліберальний стиль керівництва
19. Маніпулятивний стиль керівництва
20. Непослідовний стиль керівництва.
21. Правове регулювання професійного спорту в Україні
22. Діяльність агента спортсмена-професіонала
23. Етапи переговорів
24. Тактика переговорів
25. Зміст педагогічної діяльності тренера
26. Система спеціальних знань, що необхідна спортсменові
27. Знання світоглядного, мотиваційного, спортивно-етичного характеру
28. Знання системи підготовки та спортивно-прикладні знання
29. Специфіка дидактичних принципів в спорті
30. Принцип доцільності і практичності
31. Принцип готовності
32. Принцип керуваності та підконтрольності
33. Принцип позитивної мотивації
34. Принцип систематичності
35. Принцип змістовної та перцептивної наочності (полісенсорності)
36. Принцип планованості і поступовості
37. Принцип методичного динамізму та прогресування
38. Принцип функціональної надмірності та надійності
39. Принцип міцності і пластичності
40. Принцип доступності та спонукальної складності
41. Принцип індивідуалізованого навчання у колективі
42. Принцип формально-евристичної єдності
43. Принцип науково-раціональної та інтуїтивно-емпіричної єдності
44. Вплив занять спортом на особистість
45. Вплив занять спортом на всебічний розвиток особи
46. Вплив занять спортом на формування моральних якостей
47. Вплив занять спортом на інтелектуальний розвиток особи
48. Вплив занять спортом на розвиток вольових якостей
49. Можливий негативний вплив спорту на особистість
50. Структура та зміст щоденника самоконтролю спортсмена
51. Методи візуального контролю технічної і тактичної підготовленості
52. Характеристика змагальної діяльності в обраному виді спорту
53. Основні засоби та методи передачі інформації в навчально-тренувальному процесі
54. Словесні засоби та методи передачі інформації в навчально-тренувальному процесі
55. Вимоги до мови тренера
56. Безпосередній показ як засіб передачі інформації в навчально-тренувальному процесі

57. Опосередкований показ як засіб передачі інформації в навчально-тренувальному процесі
58. Допоміжні засоби і методи передачі інформації
59. Спеціальні пристрої термінової інформації
60. Проблема психічної підготовки в спорті
61. Характеристика діяльності практичного психолога в спорті
62. Правила діяльності практичного психолога в спорті
63. Мотивація спортсмена в тренувальному процесі
64. Постановка відтермінованої мети як засіб мотивації
65. Формування та підтримка установки на досягнення успіху як засіб мотивації
66. Розвиток традицій команди як засіб мотивації
67. Прийняття колективних рішень як засіб мотивації
68. Емоційність тренувальних занять як засіб мотивації
69. Психологічні чинники успішності процесу підготовки
70. Ставлення до спортивного життя як чинник успішності процесу підготовки
71. Ставлення до навантаження як чинник успішності процесу підготовки
72. Ставлення до відновлення як чинник успішності процесу підготовки
73. Ставлення до перенапруження як чинник успішності процесу підготовки
74. Ставлення до спортивного режиму як чинник успішності процесу підготовки
75. Ставлення до побуту на зборах як чинник успішності процесу підготовки
76. Поняття про психотехніку та психотехнічне тренування
77. Організація та проведення психотехнічних тренувань
78. Психотехнічні вправи для розвитку уваги
79. Психотехнічні вправи для розвитку уваги
80. Психотехнічні вправи для вдосконалення групових взаємодій
81. Вправи для розвитку рефлексивного мислення

12. Розподіл балів, які отримують студенти

Для екзамену

Поточне тестування та самостійна робота					Сума	Підсумковий тест (екзамен)
	Змістовий модуль 1	Змістовий модуль 2		Змістовий модуль 3		
	T1	T2	T3	T4		
Денна форма навчання	11	13	13	13	50	50
Опитування на занятті	9	3	3	3	18	
Виконання завдань з самостійної роботи	5	-	-	-	5	
Виконання завдань практичних занять	-	5	5	5	15	
Матеріали	3	3	3	3	12	

самопідготовки						
Разом	17	11	11	11	50	
Заочна форма навчання	11	13	13	13	50	50
Опитування на занятті	4	4	4	4	16	
Виконання завдань з самостійної роботи	6	-	-	-	6	
Виконання практичних робіт	-	3	3	3	9	
Матеріали самопідготовки	3	3	3	3	12	
Контрольна робота	7					

Примітка. Відповідь на семінарському занятті для студентів оцінюється від 0 до 3 балів.

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	A	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	
75-81	C		
68-74	D	задовільно	
61-67	E		
35-60	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

13. Методичне забезпечення Зміст семінарських занять

Змістовий модуль 1. Професійна діяльність у спорті вищих досягнень 1-3. Тренер-професіонал.

Структура підготовленості тренера. Структура загальнотеоретичної базової підготовленості тренера. Структура спеціально-теоретичної підготовленості

тренера. Структура професійно-спеціальної підготовленості тренера. Структура професійно-практичної підготовленості тренера. Функції тренера. Рівні професійної майстерності тренера. Види професійно-педагогічних здібностей тренера. Дидактичні здібності тренера. Перцептивні здібності тренера. Конструктивні здібності тренера. Експресивні здібності тренера. Комунікативні здібності тренера. Організаторські здібності тренера. Особистість тренера як чинник успішності підготовки. Стилі керівництва групою. Авторитарний стиль керівництва. Автотратичний стиль керівництва. Демократичний стиль керівництва. Ліберальний стиль керівництва. Маніпулятивний стиль керівництва. Непослідовний стиль керівництва.

Правове регулювання професійного спорту в Україні. Діяльність агента спортсмена-професіонала (посередника). Компоненти успішності діяльності агента-посередника. Етапи переговорів. Тактика переговорів.

Тема та короткий зміст самостійної роботи

Самостійна робота “Тренер-кумир”.

Змістовий модуль 2. Тренер-педагог

4. Специфіка дидактичних принципів в спорті.

Принцип доцільності і практичності. Принцип готовності. Принцип керованості та підконтрольності. Принцип позитивної мотивації. Принцип систематичності. Принцип змістовної та перцептивної наочності (полісенсорності). Принцип планомірності і поступовості. Принцип методичного динамізму та прогресування. Принцип функціональної надмірності та надійності. Принцип міцності і пластичності. Принцип доступності та спонукальної складності. Принцип індивідуалізованого навчання у колективі. Принцип формально-евристичної єдності. Принцип науково-раціональної та інтуїтивно-емпіричної єдності.

5. Педагогічна діяльність тренера.

Система спеціальних знань, що необхідна спортсменові. Знання світоглядного, мотиваційного, спортивно-етичного характеру. Знання системи підготовки. Спортивно-прикладні знання. Вплив занять спортом на всебічний розвиток особи. Вплив занять спортом на формування моральних якостей. Вплив занять спортом на інтелектуальний розвиток особи. Вплив занять спортом на розвиток вольових якостей. Можливий негативний вплив спорту на особистість. Словесні засоби та методи передачі інформації в навчально-тренувальному процесі. 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.

6. Тема та короткий зміст практичних занять

Характеристика змагальної діяльності в обраному виді спорту.

Теоретичні відомості

Раціональна побудова процесу підготовки передбачає його чітку спрямованість на формування оптимальної структури змагальної діяльності, що забезпечить ефективне ведення змагальної боротьби. Це можливо лише при наявності розгорнутих уявлень про фактори, що визначають ефективну змагальну діяльність, про взаємозв'язки між структурою змагальної діяльності та підготовленості.

В залежності від способу вимірювання результату види спорту поділяються:

1. Види спорту з об'єктивно-метрично вимірюваним результатом.
2. Види спорту з результатом, що вимірюється в умовних одиницях.
3. Види спорту з результатом, що оцінюється за кінцевим ефектом (з обмеженим часом; без обмеження часу; з обмеженим часом, але з можливістю дострокового досягнення перемоги).
4. Комплексні види спорту.

Для детальної характеристики змагальної діяльності необхідно визначити наступні риси:

- вид протиборства (*безпосереднє*: наприклад, футбол, бокс, теніс тощо; *опосередковане*: гімнастика, акробатика, стрибки, метання, важка атлетика тощо)
- контакт з суперником (*жорсткий* контакт: наприклад, баскетбол, фехтування, бокс тощо; *фізичний* контакт: волейбол, теніс, бадмінтон тощо; *умовний* контакт: веслування, велоспорт, біг, ходьба, лижний спорт тощо; *відсутність фізичного контакту*: акробатика, гімнастика, метання, важка атлетика тощо).
- об'єкти сприйняття інформації (наприклад: дії суперника, партнера, межі спортивного майданчика, траєкторія та швидкість пересування предмета, власний стан тощо).
- умови сприйняття і обробки інформації (відносно стандартні та варіативні).
- компоненти змагальної діяльності.

Алгоритм виконання завдання:

1. Визначити вид спорту та вузьку спеціалізацію.
2. Охарактеризувати:
 - визначення результату в обраному виді спорту;
 - вид протиборства;
 - особливості контакту з суперником;
 - об'єкти сприйняття інформації;
 - умови сприйняття інформації та втілення рішення
3. Перелічити компоненти змагальної діяльності.
4. Перелічити амплуа гравців або можливі індивідуальні стилі діяльності в обраному виді спорту, дати характеристику власного амплуа або стилю діяльності.
5. Визначити фактори результативності змагальної діяльності в обраному виді спорту.

7. Тема та короткий зміст практичних занять

Аналіз технічної і тактичної підготовленості спортсмена.

Мета роботи: Ознайомитися з методами візуального контролю та самооцінки технічної і тактичної підготовленості спортсмена

Теоретичні відомості

Техніка – спосіб виконання спортивної вправи.

Технічна підготовленість – це ступінь оволодіння спортсменом системою рухів, прийомів і дій (технікою виду спорту), характерних для результатів змагальної діяльності в даному виді спорту.

Технічна підготовленість повинна бути тісно пов'язаною з фізичними, психічними, тактичними можливостями спортсмена, з конкретними умовами змагальної діяльності та зовнішнього середовища. Зрозуміло, що чим більшою кількістю прийомів і дій володіє спортсмен, тим більшою мірою він готовий до вирішення складних тактичних завдань, що виникають в процесі змагальної боротьби.

Існують візуальні (експертна оцінка) та інструментальні (вимірювання характеристик техніки) методи оцінки технічної підготовленості.

Комплексне використання різних методів контролю дає можливість оцінити наступні характеристики технічної підготовленості:

- ефективність, яка поділяється на абсолютну, порівняльну та реалізаційну;
Абсолютна ефективність – ступінь відповідності техніки спортсмена певним еталонним параметрам.

Порівняльна ефективність – порівняння техніки спортсменів різної кваліфікації.

Реалізаційна ефективність – рівень реалізації рухового потенціалу в змагальних умовах.

- стійкість до збиваючих факторів (стабільність основних динамічних та кінематичних характеристик рухів в умовах втоми, несприятливих кліматичних умов, напруженості змагальної діяльності тощо).

Технічна підготовленість спортсмена характеризується також загальним і змагальним обсягом техніки та ступенем реалізації обсягу техніки в змагальній діяльності.

Загальний обсяг техніки – кількість специфічних рухових дій, що засвоєна спортсменом.

Змагальний обсяг техніки – кількість рухових дій, що ефективно застосовується у змагальній діяльності.

Ступінь реалізації обсягу техніки в змагальній діяльності – відношення змагального обсягу техніки до загального.

Тактика – цілеспрямовані способи використання технічних прийомів для вирішення змагальних задач з урахуванням правил змагань, позитивних та негативних характеристик підготовленості (власної, партнерів, суперників) та умов середовища.

Ефективність тактики характеризується тим, наскільки використаний в змаганнях тактичний варіант допоміг розв'язати поставлену задачу.

Загальний обсяг техніки – кількість тактичних варіантів, що засвоєні спортсменом або командою.

Змагальний обсяг тактики – кількість тактичних варіантів, що ефективно застосовуються в змагальній діяльності.

В циклічних видах спорту тактика полягає у виборі оптимальної динаміки швидкості проходження дистанції з урахуванням власної підготовленості, складу суперників, умов середовища тощо.

Завдання 1:

Оцінити власний: загальний обсяг техніки, змагальний обсяг техніки; ступінь реалізації обсягу техніки в змагальній діяльності.

При виконанні завдання 1 заповнюється таблиця 1:

Відомості про спортсмена		Рухові дії, прийоми		Відомості про засвоєність та застосування рухових дій, прийомів	
Спеціалізація	Кваліфікація	Група	Назва	Вивчена Так (+) Ні (-)	Ефективність застосування в змагальній діяльності (+), (-)
		Наприклад:			
		4. Вихідні положення	-		
		5. Пересування	-		
		6. Основні рухи	-		

Після заповнення таблиці визначається загальний та змагальний обсяг техніки та відношення змагального обсягу техніки до загального:

$$K_p = \frac{\Sigma_2}{\Sigma_1} \cdot 100\%$$

де K_p – коефіцієнт реалізації технічної підготовленості в змагальній діяльності;

Σ_1 – загальний обсяг техніки,

Σ_2 – змагальний обсяг техніки.

Завдання 2:

Оцінити власний загальний та змагальний обсяги техніки в циклічних видах спорту (варіанти динаміки швидкості при проходження дистанції).

Заповнюється таблиця 2:

№	Характеристика варіанту динаміки швидкості (за Уткіним В.Л.)	Засвоєний Так (+), Ні (-)	Ефективність застосування в змагальній діяльності (+), (-)
1	Швидкість переміщення по дистанції практично не змінюється від старту до фінішу		
2	Швидкість переміщення постійно зменшується протягом всієї дистанції		
3	Швидкість переміщення по дистанції неодноразово збільшується і зменшується		
4	Швидкість переміщення вища середньої на початку і в кінці дистанції і нижча середньої в середині дистанції		
5	Швидкість переміщення зростає протягом всієї дистанції		
6	Швидкість переміщення постійна в першій половині дистанції, а потім постійно зменшується до самого фінішу		

7	Після короткого стартового розгону швидкість переміщення зменшується, а потім збільшується в кінці дистанції, на фініші		
8	Швидкість переміщення на початку дистанції перевищує середню, а потім знижується і залишається незмінною до фінішу		
9	Швидкість переміщення постійна на початку і в середині дистанції і збільшується до фінішу		

Після заповнення таблиць 1, 2 зробити висновок про рівень технічної, тактичної підготовленості та надати методичні рекомендації щодо подальшої підготовки.

Змістовий модуль 3. Тренер-психолог

8. Психологічні чинники успішності процесу підготовки.

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. 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. Психотехніка та психотехнічне тренування.

9. Тема та короткий зміст практичних занять

Організація та проведення психотехнічних тренувань.

Психотехнічні вправи для розвитку уваги. Психотехнічні вправи для розвитку уяви. Психотехнічні вправи для вдосконалення групових взаємодій. Психотехнічні вправи для розвитку рефлексивного мислення.

14. Рекомендована література

Базова

1. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. -К.: Олимпийская литература, 1997. - 583 с.
2. Платонов В.Н. Адаптация в спорте. - К.: Здоров'я, 1988. - 215 с.

3. Деркач А.А., Исаев А.А. Педагогическое мастерство тренера. - М.: Физкультура и спорт, 1981. - 375.

Допоміжна

1. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса. - М: ФиС, 1985. - 176 с.
2. Гавердовский Ю.К. Опыт трактовки ортодоксальной дидактики в современном контексте обучения спортивным упражнениям // Теория и практика физической культуры. - 1991. - № 8. - С.12-20.
3. Гірник А.М. Основи психопедагогіки: Навч. посібник для ад'юнктів (аспірантів), слухачів ФПК, викладачів вузів, рекомендований Міністерством освіти України. - К.: КВГІ, 1996. - 136 с.
4. Горбунов Г.Д. Психопедагогика спорта. - М.: Физкультура и спорт. - 208 с., ил. (Наука - спорту: Психология).
5. Гуськов С.И. Спортивный маркетинг. - К.: Олимпийская литература, 1995. -296 с.
6. Келлер В.С. Деятельность спортсмена в вариативных конфликтных ситуациях. - Киев: Здоров'я, 1977.
7. Келлер В.С., Платонов В.М. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів. - Львів: Українська Спортивна Асоціація, 1992. - 269 с.
8. Педагогика спорта / Тер-Ованесян А.А., Тер-Ованесян И.А. - К.: Здоров'я, 1986. -208 с.

15. Інформаційні ресурси

1. Мультимедійне забезпечення лекцій та семінарських занять.
2. <http://lib.sportedu.ru/>
3. <http://www.nbuiv.gov.ua/>