

ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

(повне найменування вищого навчального закладу)

Кафедра олімпійського, професійного та адаптивного спорту

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

“ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ЮНАЦЬКОГО СПОРТУ”

(шифр і назва навчальної дисципліни)

напрямок підготовки: _____

(шифр і назва напрямку підготовки)

спеціальність: _____ **спорт** _____

(шифр і назва спеціальності)

інститут, факультет, відділення: факультет спорту та факультет підвищення кваліфікації, перепідготовки, післядипломної та заочної освіти

(назва інституту, факультету, відділення)

Львів, 2015 рік

Робоча програма дисципліни «Теорія і методика юнацького спорту» для підготовки тренерів-викладачів за спеціальністю «Спорт»

Розробник: к.фіз.вих. і с., доцент Пітин М.П.

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

Протокол від. “27” серпня 2015 року № 1

(підпис)

(Бріскін Ю.А.)

(прізвище та ініціали)

Робоча програма затверджена на засіданні Ради факультету ПК ПП ПЗО

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

Голова _____
(підпис)

(_____)
(прізвище та ініціали)

© _____, 20__ рік

© _____, 20__ рік

Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни
		денна форма навчання
Кількість кредитів –	Галузь знань <u>0102 Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини</u> (шифр і назва)	Нормативна
	Напрямок підготовки <u>спорт</u> (шифр і назва)	
Модулів – 1	Спеціальність (професійне спрямування): <u>спорт</u> (шифр і назва)	Рік підготовки:
Змістових модулів –1		1-й
Загальна кількість годин –8		Семестр
		1-й
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 8	Освітньо-кваліфікаційний рівень:	Лекції
		4 год.
		Практичні, семінарські
		4
		Лабораторні
		-
		Самостійна робота
-		
		Вид контролю: комплексний іспит

1. Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою викладання навчальної дисципліни "Теорія і методика юнацького спорту" є формування у студентів загальних основ навчально-тренувальної діяльності, навчання техніки виду спорту та особистісного розвитку юних спортсменів у системі багаторічної підготовки.

Завданнями вивчення дисципліни «Теорії і методики юнацького спорту» є формування професійних знань щодо загальних закономірностей розвитку організму юних спортсменів та формування у них адаптації до навантажень різної спрямованості, підготовка та корекція стану юних спортсменів на змаганнях різного рівня, узагальнення досвіду резервного спорту у різних країнах, вивчення нормативно-правового підґрунтя підготовки спортсменів у системі дитячо-юнацьких спортивних шкіл.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен:

знати: програмно-нормативні документи для підготовки юних спортсменів, ієрархію змагань для кваліфікованих спортсменів на ранніх етапах багаторічної підготовки, особливості морфофункціонального та психолого-педагогічного

особливості юних спортсменів												
Тема 2. Етапи багаторічної підготовки юних спортсменів	4	2	2	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Разом за змістовим модулем 1	8	4	4	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Усього годин	8	4	4	-	-	-	-	-	-	-	-	-

5. Теми семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1	Морфо-функціональні та психолого-педагогічні особливості юних спортсменів	2	
2	Етапи багаторічної підготовки юних спортсменів	2	
	Разом	4	

6. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1			
2			
3			

7. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1			
2			
3			

9. Індивідуальні завдання

10. Методи навчання

- Самостійна робота студентів:
 - підготовка до контролю (іспиту).
- Словесні методи: лекція, обговорення, бесіда.

3. Наочні методи: демонстрація слайдів, фільмів.

11. Методи контролю

Підсумковий контроль – комплексний іспит.

Екзаменаційні вимоги

1. Загальна характеристика системи багаторічної підготовки спортсменів.
2. Мета і завдання етапу початкової підготовки, його місце і значення в системі багаторічної підготовки спортсменів.
3. Провідні засоби і методи тренування. Основи методики тренування.
4. Мета і завдання етапу попередньої базової підготовки, його місце і значення в системі багаторічної підготовки спортсменів.
5. Провідні засоби і методи тренування.
6. Основи методики тренування.
7. Змагальна підготовка у системі підготовки спортсменів на цьому етапі.
8. Етап спеціальної базової підготовки та етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей.
9. Мета і завдання етапу спеціалізованої базової підготовки, його місце і значення в системі багаторічної підготовки спортсменів.

11. Розподіл балів, які отримують студенти Для екзамену (денна форма навчання)

Поточне тестування та самостійна робота	Модуль 1							Сума	Підсумковий тест (екзамен)
	Змістовий модуль 1			Змістовий модуль 2					
	T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7		

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		
61-67	E	задовільно	
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

12. Методичне забезпечення

Змістовий модуль 1. Теоретико-методичні основи підготовки юних спортсменів

Тема 1. Морфо-функціональні та психолого-педагогічні особливості юних спортсменів

Динаміка розвитку функціональних систем в дитячому та юнацькому віці. Особливості розвитку фізичних якостей юних спортсменів з урахуванням сенситивних періодів та структури індивідуальної фізичної підготовленості. Індивідуальні здібності та вибір занять спортом. Психофізіологічні передумови розвитку спортивних здібностей.

Тема 2. Етапи багаторічної підготовки спортсменів

Загальна характеристика системи 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.

Етап спеціальної базової підготовки та етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей. 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.

13. Рекомендована література

Базова

1. Волков Л. В. Теория и методика детского и юношеского спорта : [учебник для вузов физической культуры и факультетов физического воспитания высших учебных заведений]. – К. : Олимпийская литература, 2002. – 295 с.
2. Волков Л. В. Основы спортивной подготовки детей и подростков: [навч. пос.] / Волков Л. В. – К. : Вища школа, 1993. – 152 с.
3. Волков В. Н. Спортивный отбор / Волков В. Н., Филин В. П. – М. : ФиС, 1983.
4. Клименко В. В. Психомоторные способности юного спортсмена / Клименко В. В. – К. : Здоров'я, 1987. – 167 с.
5. 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
6. 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.

7. Сахновский К. П. Подготовка спортивного резерва / Сахновский К. П. – К. : Здоров'я, 1990. – 150 с.
8. Филин В. П. Теорія и методика юношеского спорта / Филин В. П. – М. : Фізкультура и спорт, 1987. – 128 с.
9. Филин В. П. Основы юношеского спорта / Филин В. П., Фомин Н. А. – М. : ФиС, 1980. – 255 с.

Допоміжна

1. Боген М. М. Обучение двигательным действиям / Боген М. М. – М. : ФиС, 1985. - 89 с.
2. Келлер В. С. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів / Келлер В. С., Платонов В. М. – Л. : Українська спортивна Асоціація, 1992. – 269 с.
3. Линець М. М. Основы методики розвитку рухових якостей / М. М. Линець – Львів : Штабар, 1997. – 208 с.
4. Платонов В. М., Булатова М. М. Фізична підготовка спортсмена / Платонов В. М., Булатова М. М. – К. : Олімпійська література, 1995. – 320 с.

13. Інформаційні ресурси

1. Мультимедійне забезпечення лекцій та семінарських занять.
2. <http://lib.sportedu.ru/>
3. <http://www.nbuiv.gov.ua/>
4. <http://www.noc.lviv.ua/litni-yunatski-olimpijski-ihry-v-nankin>
5. <http://www.nanjing2014.org/en/>
6. Підручники та посібники з видів спорту та загальної теорії підготовки спортсменів.