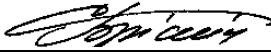


Зав. каф.  Бріскін Ю. А.

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ЩОДО ВИКОНАННЯ САМОСТІЙНИХ РОБІТ

з дисципліни «Підготовка національних збірних команд до Олімпійських ігор» для здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти денної та заочної форм навчання

Творча письмова робота (презентація) за темою: «Побудова підготовки спортсменів в олімпійському циклі» (на прикладі обраного виду спорту).

Алгоритм виконання:

- Обґрунтувати актуальність теми роботи.
- Охарактеризувати підходи до побудови підготовки спортсменів в олімпійських циклах в обраному виді спорту на основі аналізу науково-методичної літератури.
- Розробити та обґрунтувати власну модель побудови підготовки спортсмена чи команди в чотирирічному олімпійському циклі (на прикладі обраного виду спорту). При цьому вказати:
 - мету та завдання підготовки для кожного року олімпійського циклу;
 - кількість змагань упродовж річного макроциклу;
 - кількість мезоциклів та їх типи;
 - співвідношення обсягів часу, відведеного на різні розділи підготовки (фізичну, техніко-тактичну тощо).
- Сформулювати загальний висновок до роботи.

Робота повинна містити такі розділи: вступ, основний текст, висновки та список літератури (не менше трьох джерел, оформлених належним чином).

За бажанням роботу можна виконати у формі презентації в PowerPoint з дотриманням усіх вимог.

Творча письмова робота (презентація) за темою: «Система відбору спортсменів до національної збірної команди з виду спорту».

Алгоритм виконання:

- Обґрунтувати актуальність теми роботи.
- Проаналізувати особливості чинної системи відбору спортсменів-кандидатів до національної збірної команди та стартових складів змагань в обраному виді спорту (кількість етапів відбору, вимоги до спортсменів-

кандидатів, кількість та види відбіркових змагань, наявність офіційного рейтингу та особливості його формування тощо). Вказати позитивні та негативні аспекти чинної системи відбору.

- Розробити систему відбору спортсменів до національної збірної команди та стартових складів змагань в обраному виді спорту, запропонувавши власні критерії відбору та обґрунтувавши їх.

- Сформулювати загальний висновок до роботи.

Робота повинна містити такі розділи: вступ, основний текст, висновки та список літератури (не менше трьох джерел, оформлених належним чином).

За бажанням роботу можна виконати у формі презентації в PowerPoint з дотриманням усіх вимог.

Аналітична письмова робота за темою: «Досвід підготовки національних збірних команд до Олімпійських ігор в обраній країні» (країну студент обирає самостійно).

Алгоритм виконання:

- Обґрунтувати актуальність теми роботи.

- Охарактеризувати особливості підготовки національних збірних команд (з одного або кількох видів спорту) до Олімпійських ігор в обраній країні на основі аналізу науково-методичної літератури та ресурсів мережі Інтернет.

- Запропонувати шляхи вдосконалення підготовки національних збірних команд до Олімпійських ігор в обраній країні.

- Проаналізувати перспективи використання досвіду обраної країни для удосконалення системи олімпійської підготовки в Україні.

- Сформулювати загальний висновок до роботи.

Робота повинна містити такі розділи: вступ, основний текст, висновки та список літератури (не менше трьох джерел, оформлених належним чином).

За бажанням роботу можна виконати у формі презентації в PowerPoint з дотриманням усіх вимог.

Рекомендована література

Основна:

1. Задорожна О. Р. Підготовка національних збірних команд до Олімпійських ігор : курс лекцій з навч. дисципліни підготовки магістрів галузі знань 01 «Освіта / Педагогіка» спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» / О. Р. Задорожна. – Львів : ЛДУФК ім. І. Боберського, 2023. – 109 с.

2. Келлер В. С. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів / Келлер В. С., Платонов В. М. – Львів : Українська спортивна Асоціація, 1992. – 269 с.

3. Концепція підготовки спортсменів України до Ігор XXXIII Олімпіади 2024 року у м. Париж (Франція) [Інтернет]. 2022 [цитовано 2022 Квіт. 25]. Доступно: <http://surl.li/czzbk>
4. Концепція підготовки спортсменів України до XXIV зимових Олімпійських ігор 2022 року в м. Пекін (Китай) [Інтернет]. 2022 [цитовано 2022 Сер. 10]. Доступно: <http://surl.li/czzbv>
5. Костюкевич В. М. Теорія і методика тренування спортсменів високої кваліфікації: Навчальний посібник. – Вінниця: «Планер», 2007. – 273 с.
6. Павленко Ю. О. Науково-методичне забезпечення підготовки спортсменів в олімпійському спорті: Монографія / Ю.О. Павленко. – К.: Олімп. л-ра, 2011. – 312 с.
7. Платонов В. М., Дрюков В. О. Організаційно-методичні принципи підготовки спортсменів високої кваліфікації в чотирирічних олімпійських циклах [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://surl.li/cyqoq>
8. Положення про національні збірні команди з видів спорту, визнаних в Україні [Інтернет]. 2022 [цитовано 2022 Сер. 12]. Доступно: <http://surl.li/czzco>
9. Положення про центр олімпійської підготовки [Інтернет]. 2022 [цитовано 2022 Сер. 15]. Доступно: <http://surl.li/czzdj>
10. Порядок конкурсного відбору спортсменів для комплектування складу національних збірних команд з олімпійських видів спорту, визнаних в Україні [Інтернет]. 2022 [цитовано 2022 Сер. 13]. Доступно: <http://surl.li/czzci>
11. Програми підготовки спортсменів-кандидатів до Ігор Олімпіади Токіо 2020 [Інтернет]. 2020 [цитовано 2022 Лип. 10]. Доступно: <http://surl.li/czzam>
12. Система відбору до Олімпійських змагань [Інтернет]. 2022 [цитовано 2022 Сер. 14]. Доступно: <http://surl.li/czzde>
13. Система відбору спортсменів у збірну команду України й формування спортивних делегацій для участі в міжнародних змаганнях з фехтування [Інтернет]. 2019 [цитовано 2022 Бер. 2]. Доступно: <http://surl.li/czzba>
14. Стратегія розвитку фізичної культури і спорту на період до 2028 року [Інтернет]. 2022 [цитовано 2022 Трав. 12]. Доступно: <http://surl.li/czzea>
15. Шкрібтій Ю. М. Управління тренувальними і змагальними навантаженнями спортсменів високого класу : монографія / Ю. М. Шкрібтій. – К. : Олімпійська література, 2005. – 234 с.
16. Blumenstein B, Lidor R. The road to the Olympic Games. A four years psychological preparation program. Athletic Insight [Internet]. 2007;9(4). Available from: <http://www.athleticinsight.com/>.
17. Bompa T. O., Haff G. G. Periodization: theory and methodology of training. Human Kinetics; Fifth edition. 2009. 424 p.
18. Houlihan B. Comparative Elite Sport Development: systems, structures and public policy / eds. by B. Houlihan, M. Green. – Oxford, 2008. – 320 p.

19. Daumiller, Martin & Rinas, Raven & Breithecker, Jennifer. (2021). Elite athletes' achievement goals, burnout levels, psychosomatic stress symptoms, and coping strategies. [10.31234/osf.io/h7bfe](https://doi.org/10.31234/osf.io/h7bfe).

20. McGee, V., & DeFreese, J. D. (2019). The coach-athlete relationship and athlete psychological outcomes. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 13, 152–174. <https://doi.org/10/dhq5>

Допоміжна:

1. Задорожна О. Р., Бріскін Ю. А., Пітин М. П., Потоп В., Гращенко Ж. В., Глухов І. Г., Дробот К. В. Особливості комплектування складу учасників ігор XXXII Олімпіади 2020 у Токіо (на прикладі спортивних єдиноборств) // Український журнал медицини, біології та спорту. – М., 2020. – Том 5, №3 (25). – С. 445-450. DOI: 10.26693/jmbs05.03.445

2. Задорожна О. Р., Бріскін Ю. А., Пітин М. П., Вовк І. В., Пестерніков В. В. Особливості систем відбору спортсменів-кандидатів у національну збірну команду України для участі в Іграх Олімпіад (на прикладі спортивних єдиноборств). Український журнал медицини, біології та спорту. М., 2020. Том 5, №3 (25). С. 357–364. DOI: 10.26693/jmbs05.05.357

3. Задорожна О. Тактика участі провідних фехтувальників світу у системі змагань в олімпійському циклі 2008-2012 рр. Спортивний вісник Придніпров'я. Дніпро, 2021. №1. С. 53–63. DOI: 10.32540/2071-1476-2021-1-053

4. Концепція підготовки спортсменів України до Ігор XXXII Олімпіади 2020 року у м. Токіо (Японія) [Інтернет]. 2017 [цитовано 2022 Квіт. 12]. Доступно: <https://www.kmu.gov.ua/news/249504554>

5. Олімпійська Хартія 2020 [Інтернет]. 2020 [цитовано 2022 Квіт. 10]. Доступно: <http://noc-ukr.org/about/officialdocuments/olimpiyska-khartiya/>

6. Про фізичну культуру і спорт: Закон України [Інтернет]. Київ. 1994. [оновлено 2022 Лют. 17; цитовано 2022 Лип. 29]. Доступно: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12>

7. Humphreys, B.R.; Johnson, B.K.; Mason, D.S.; Whitehead, J.C. Estimating the value of medal success in the Olympic Games. *J. Sports Econ.* 2018, 19, 398–416.

8. Plews, Daniel & Laursen, Paul. (2017). Training Intensity Distribution Over a Four-Year Cycle in Olympic Champion Rowers: Different Roads Lead to Rio. *International Journal of Sports Physiology and Performance*. 1-24. [10.1123/ijsp.2017-0343](https://doi.org/10.1123/ijsp.2017-0343).

9. Team composition in epee fencing which accounts for sportsmen's individual performance / Olha Zadorozhna, Yuriy Briskin, Alina Perederiy, Maryan Pityn, Oleg Sydorko // *Journal of Physical Education and Sport*. – Pitesti, 2018. – Art 273 pp. 1863 – 1870. DOI:10.7752/jpes.2018.s4273

10. Wicker, P.; Dallmeyer, S.; Breuer, C. Elite athlete well-being: The role of socio-economic factors and comparisons with the resident population. *J. Sport Manag.* 2020, 34, 341–353.

11. Zadorozhna OR, Briskin YA, Pityn MP, Bohuslavskaya VYu, Hlukhov IG. Participation tactics of elite freestyle wrestlers in competition system in 2013-2016 Olympic cycle. *Pedagogy of Physical Culture and Sports*, 2021;25(5):275-285. DOI: <https://doi.org/10.15561/26649837.2021.0502>

Інформаційні ресурси інтернет:

- Мультимедійне забезпечення лекцій, демонстрація відеороликів з Ігор Олімпіад та Зимових Олімпійських ігор, документальних та навчальних фільмів, відеофрагментів тренувань висококваліфікованих спортсменів, інтерв'ю атлетів та фахівців з різних компонентів забезпечення підготовки.

- Міжнародний олімпійський комітет [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.olympic.org/>

- Міністерство молоді та спорту України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://dsmsu.gov.ua/index/ua/>

- Національний олімпійський комітет України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.noc-ukr.org/>

- Щомісячний журнал про олімпійський рух і спорт вищих досягнень в Україні та світі «Олімпійська арена» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://olimparena.com.ua/>