ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
імені ІВАНА БОБЕРСЬКОГО

Кафедра теорії спорту та фізичної культури

Передерій А. В.

СТРУКТУРА СИСТЕМИ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ

Лекція з навчальної дисципліни
«Система підготовки спортсменів»

ЛЬВІВ - 2024

1. **Аналіз сучасного розуміння системи підготовки спортсменів. Структура системи підготовки спортсменів.**
2. **Формування системи підготовки спортсменів.**
3. **Забезпечення системи підготовки спортсменів.**
4. **Основні напрями вдосконалення системи підготовки спортсменів.**

1. Аналіз сучасного розуміння системи підготовки спортсменів. Структура системи підготовки спортсменів.

Розуміння поняття «система підготовки спортсменів» неможливе без визначення поняття «система» в широкому розумінні. Поняття «система» має низку тлумачень:

- сукупність елементів, що знаходяться у взаємозв’язку один з одним і утворюють певну цілісність, єдність;
- множина взаємопов'язаних елементів, що відокремлена від середовища і взаємодіє з ним, як ціле;
- порядок, зумовлений правильним, планомірним розташуванням і взаємним зв'язком частин чого-небудь;
- сукупність будь-яких елементів, одиниць, частин, об'єднаних за спільною ознакою, призначенням.

Система підготовки спортсменів складається з двох підсистем: процесної і персоніфікованої.

Персоніфікована підсистема включає дві взаємодіючі структури: керовану (спортсмен, середовище, забезпечуючий персонал) та керуючу (тренер). Центральне місце системи підготовки спортсменів посідає спортсмен. Виходячи з визначення поняття «система», усі елементи системи підготовки пов’язані і будуються навколо спортсмена, відповідно до його здібностей, можливостей, мотивації, перспектив тощо.

У спорті «середовище» варто розглядати і як чинник, що впливає на функціонування системи підготовки, і як складову, з огляду на його багатокомпонентність та неосяжність. Цей вплив буде визначатися кліматогеографічними умовами регіону, де проживає спортсмен, способом життя,

традиціями ставленням до спорту загалом, чи до окремого виду спорту, зокрема. Вплив середовища також буде обумовлений особливостями та режимом харчування, ставленням родини до спорту, соціально-побутовими умовами життям спортсмена тощо.

До персоніфікованої підсистеми можна до прикладу також віднести тренера-хореографа, який обов'язково долучений до процесу підготовки в техніко-естетичних видах спорту, чи тренера з акробатичної чи фізичної підготовки. Діяльність психолога, лікаря чи масажиста також є складовою персоніфікованої підсистеми системи підготовки спортсменів.

Своєю чергою процесна підсистема складається із змагань, тренувань та відновлення. Виходячи з визначення поняття «система», усі її елементи знаходяться у тісному взаємозв'язку та є взаємообумовленими. Ця залежність ґрунтується на єдиній меті функціонування системи, на чиннику, що формує цю систему та за відсутності якого система припиняє існування.

Таким формувальним (ключовим) чинником для системи підготовки в спорті виступають **змагання**. Саме змагання висувають вимоги до структури підготовленості спортсмена, що, своєю чергою, потребує застосування певних специфічних засобів і методів підготовки.

Змагання (їх кількість, рівень, календар) визначають необхідну динаміку тренованості спортсмена, чергування навантажень та відновлення. Змагання в олімпійському спорті спрямовані на досягнення максимального спортивного результату, що є продуктом змагальної діяльності спортсмена. Цей результат, що виступає рушійною силою спортивного вдосконалення, має самостійну цінність, щороку зростає його соціальна вартість, політичне та економічне значення. Рівень спортивних результатів є критерієм можливостей людського організму, моделлю, еталоном для усіх спортсменів.

Тренування в системі підготовки спортсменів можна вважати «системою в системі», адже власне тренування має складну структуру і зміст і обов'язково поєднує такі розділи: фізична підготовка, технічна підготовка, тактична підготовка, психічна підготовка, теоретична підготовка та інтегральна підготовка.

Фізична підготовка – спрямована на розвиток фізичних якостей – сили, прудкості, витривалості, гнучкості, координаційних здібностей.

Загальна фізична підготовка спрямована на гармонійний розвиток фізичних якостей, які опосередковано сприяють досягненню високих результатів в обраному виді спорту.

Допоміжна фізична підготовка базується на загальній фізичній підготовленості. Вона створює основу, необхідну для ефективного виконання великих обсягів роботи, щодо розвитку спеціалізованих якостей, а також сприяє підвищенню функціональних можливостей різних органів і систем організму. При цьому ставиться мета поліпшити нервово-м'язову координацію, вдосконалювати здатність спортсменів витримувати великі навантаження і ефективно відновлюватися після них.

Спеціальна фізична підготовка спрямована на розвиток рухових якостей у відповідності з вимогами, зумовленими специфікою конкретного виду спорту.

Завданнями **технічної підготовки спортсмена** є збільшення обсягу і різноманітності рухових умінь і навичок; досягнення стабільності і варіативності прийомів, що складають основу техніки виду спорту; послідовне перетворення засвоєних прийомів на ефективні змагальні дії; удосконалення структури рухових дій, їх динаміки і кінематики з урахуванням індивідуальних особливостей спортсменів; підвищення надійності і результативності технічних дій в екстремальних умовах змагань; удосконалення технічної майстерності спортсменів з урахуванням змін правил змагань, еволюції виду спорту та досягнень науково-технічного прогресу.

Завдання психічної підготовки – це виховання спортсменів і вдосконалення в процесі тренувань і змагальної діяльності їх психічних якостей. Мета психічної підготовки – це розробка і реалізація своєрідного алгоритму управління функціонуванням організму для створення оптимальної готовності до ефективного засвоєння техніко-тактичних дій, максимальної реалізації підготовленості, рішучості, вольових якостей для здобуття перемоги в змаганнях.

Тактична підготовка – процес, спрямований на набуття тактичних знань, формування тактичних вмінь та навичок, а також тактичного мислення.

Теоретична підготовка є процесом спрямованим на створення в спортсмена спеціальної системи знань. Окрема група завдань пов'язана з інтеграцією, тобто об'єднанням в єдине ціле якостей, умінь, навичок, накопичених знань і досвіду, переважно пов'язаних з різними сторонами підготовленості, що досягається в процесі **інтегральної підготовки**.

Як зазначалося вище, в окремих видах спорту до традиційних розділів додаються специфічні, пов’язані з особливістю вимог змагальної діяльності до підготовленості спортсмена. Зокрема, в техніко-естетичних видах спорту важливе місце посідає **хореографічна підготовка**, що визначається як процес формування культури рухів на основі використання адаптованих засобів хореографії, що дозволяє досягти високого спортивного результату, виконавчої майстерності та артистизму.

Отже, узагальнено структуру сучасної системи підготовки спортсменів схематично представлено на рисунку 1.

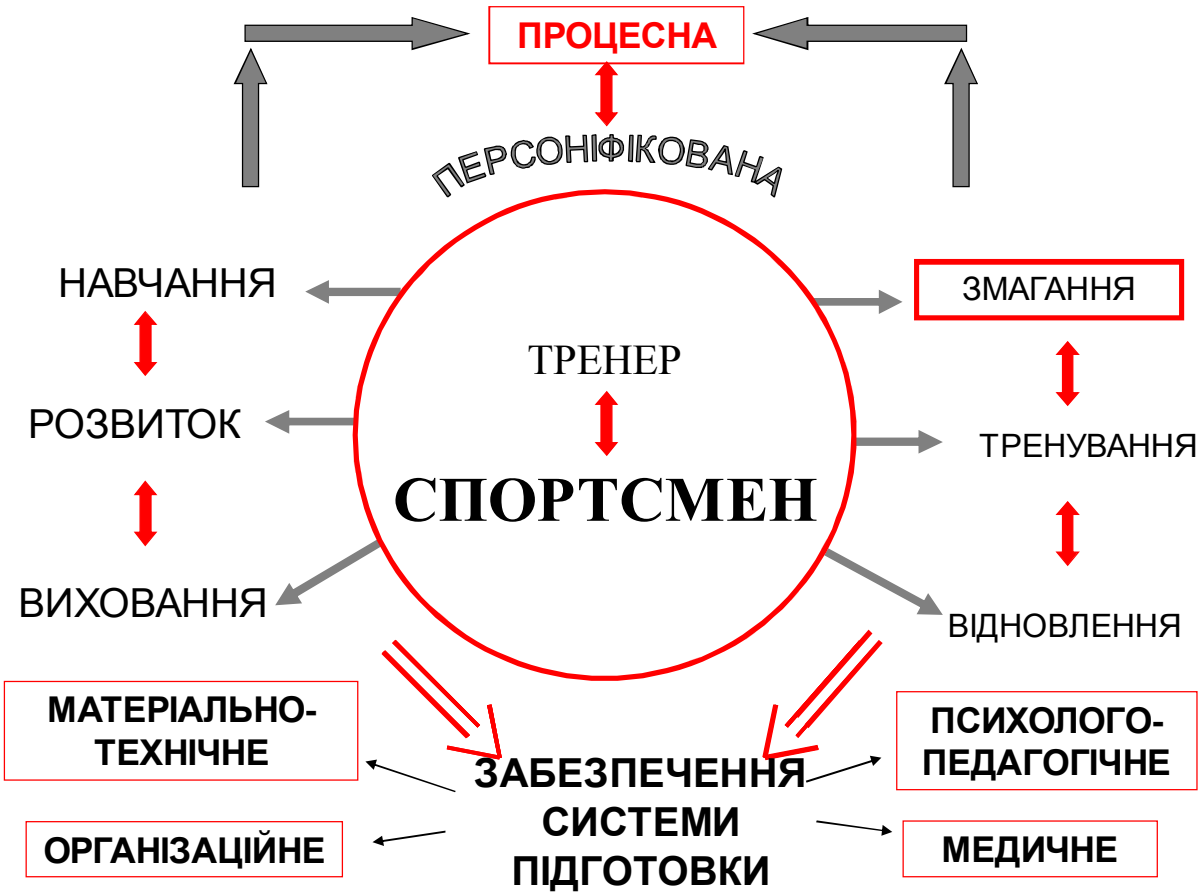

Рис. 1 Структура сучасної системи підготовки спортсменів

2. Формування системи підготовки спортсменів

Передумовами формування системи підготовки спортсменів є:

- розвиток спорту в суспільстві, формування професійного спорту, відродження олімпійського спорту сучасності, популярність окремих видів спорту, формування системи змагань, створення спортивних федерацій;
- розвиток науки, техніки, нових технологій;
- розвиток освіти/

Еволюція наукового підґрунтя сучасної системи підготовки спортсменів

Формування фундаментальних наук	
Роки дослідження	**Напрямок дослідження**
1889 1898 1890	Фізіологічне обґрунтування тренування спортсменів, аналіз особливостей діяльності серця, системи дихання при м'язовій діяльності, рекомендації засобів і методів розвитку фізичних якостей, подолання втоми (La Grange, Tissie, Mosso)
Кінець XIX ст	Обґрунтування поняття функціональної адаптації, залежність перебудови живого організму від його функцій (Вільгельм Ру)
1907	Взаємозв'язок м'язового скорочення з розпадом глікогену та утворенням молочної кислоти (У. Флетчер, Ф.Г. Хопкінс)
Кінець XIX ст.	• Характеристика здатності живого організму прилаштовуватися до умов середовища, відзначення надзвичайної ролі зовнішнього впливу (середовища) – основа теорії адаптації. Фізіологія нервової діяльності, втоми, природа довільного м'язового скорочення • Фізіологія вищої нервової діяльності, життєдіяльність цілісного організму у взаємозв'язку із зовнішнім середовищем • Побудова процесу навчання руховим діям
І-а пол.XX ст.	Вивчення процесу клітинного дихання, розробка теорії біологічного окислення – основа біохімії спорту
1932, 1939	Відкриття явища дихального фосфорилювання, перетворення АТФ в механічну енергію м'язового скорочення (Бах А.Н., Енгельгард В.А.)
1932	Теорія адаптації (Сел'є Г.)
1961	Структура та діяльність функціональних систем (Анохін П.)
Виокремлення наукових напрямів, зорієнтованих на рухову активність і спорт	
1927	Школа динамічної анатомії та біомеханіки

1939-50-ті	Фізіологія спорту
Середина XX ст.	• Фізіологія побудови рухів – основа біомеханіки спорту (Бернштейн М.О.) • Спортивна анатомія (1955 Іваницький А.Ф.) • Біохімія спорту • Психологія спорту
Дослідження спортивної проблематики	
1922	Посібники: «Наукові основи тренування», «Сутність тренування», «Легка атлетика» тощо
1936	«Біг, біг, біг» узагальнення знань з фізіології, біомеханіки, біохімії в тренуванні плавців, бігунів, веслувальників. (Уолт Фред)
50-70 рр.	• Формування загальної концепції олімпійської підготовки Періодизація спортивного тренування • Проблеми дитячо-юнацького спорту, методика розвитку витривалості • Система спортивного відбору та багаторічної підготовки • Підготовка юних спортсменів • Система управління рухами
1971	«Вчення про тренування» Харре Д.
70-80 рр	Теорія змагальної діяльності (Келлер В.С.)
50-70 рр.	Методика розвитку фізичних якостей (з 80-х років дослідження професора Линця М.М.)
80-...	Система підготовки спортсменів (Платонов В.М.)

3. Забезпечення системи підготовки спортсменів.

Ефективне функціонування системи підготовки спортсменів можливе за умови належного організаційного, психолого-педагогічного, медичного та матеріально-технічного забезпечення.

Організаційне забезпечення системи підготовки спортсменів слід розглядати на двох рівнях: організація (структура, напрями діяльності, керівництво) на рівні держави/федерації/місцевої громади та організація окремих заходів та систематичної роботи на місцях. В різних країнах існують різні моделі організації тренувального процесу. Йдеться, зокрема, про популярну в багатьох країнах Європи клубну систему чи більш традиційну для України систему організації занять спортом за допомогою мережі ДЮСШ. Слід відзначити, що в останні роки в нашій державі спостерігається поєднання та інтеграція цих двох систем організації занять спортом для дітей та молоді.

Організаційне забезпечення також передбачає чітке, систематичне проведення тренувальних занять, наявність стабільного розкладу занять, дотримання певної програми та правил в тренувальному процесі, спадкоємність реалізації тренувальних завдань тощо. Очевидно, що провідна роль тут належить тренерові, як керівникові усієї системи спортивної підготовки.

Психолого-педагогічне забезпечення передбачає супровід процесу підготовки, психодіагностику, керування стартовими станами, використання психологічних і педагогічних засобів відновлення. Зокрема психологічне забезпечення процесу підготовки містить аналіз вимог до психіки спортсмена в конкретному виді спорту, визначення ступеня відповідності індивідуально-психологічних особливостей спортсмена вимогам діяльності в конкретному виді спорту, випереджуюче планування психологічного забезпечення підготовки спортсменів відповідно до завдань етапу багаторічної підготовки, навчальні, розвиваючі, корегуючі та реабілітаційні програми, психологічний контроль (Воронова В. 2007).

Надзвичайно важливе значення в сучасній системі спортивної підготовки має матеріально-технічне: обладнання, інвентар, спортивний одяг, матеріальне заохочення тощо. Медичне забезпечення також є вагомою і надважливою складовою сучасної системи підготовки і передбачає контроль стану спортсмена, використання фармакологічних засобів відновлення та стимулювання працездатності та ін.

4. Основні напрями вдосконалення системи підготовки спортсменів.

Продуктивний розвиток теорії підготовки спортсменів багато в чому обумовлюється правильним вибором стратегічних напрямків її подальшого удосконалення, виявленням резервів, закладених у розробці різних її напрямків. У цьому плані доречно охарактеризувати можливості удосконалення системи спортивної підготовки в наступних основних напрямках.

Перший напрямок — *різкий приріст обсягу тренувальної і змагальної діяльності*. Значення основних показників, що характеризують цю сторону процесу спортивного тренування, у першій половині 90-х років у два рази, а в

окремих випадках і більше, перевищили дані 60-х років XX ст. Особливо це стосується обсягу змагальної діяльності, що у більшості видів спорту зріс у кілька разів у зв'язку з різким збільшенням кількості змагань, особливо комерційних. Навіть у тих видах спорту, які було прийнято вважати сезонними (велосипедний, ковзанярський, гірськолижний спорт, фігурне катання, футбол, хокей і ін.), у цей час організується майже цілорічна змагальна діяльність.

Тенденція до подальшого збільшення обсягів тренувальної роботи зберігається. Зокрема, фахівці різних країн рекомендують у найближчі роки збільшити обсяг роботи, який затрачається на підготовку спортсменів високого класу, до 1500-1700 г у рік при 340-360 днях занять і змагань (зараз ці цифри звичайно не перевищують відповідно 1100-1400 і 300-320). Разом з тим практика підготовки спортивних команд у різних країнах показала, що цей напрямок удосконалювання спортивного тренування в багатьох видах спорту й окремих дисциплінах практично вичерпав свої можливості. Велика кількість спортсменів і команд, які надмірно збільшили обсяги тренувальної роботи, не одержали очікуваних результатів; різко зросла кількість випадків перенапруження функціональних систем організму й травматизму; скоротилися терміни виступу на рівні вищих досягнень з причини винятково високих фізичних і психічних навантажень, вичерпання адаптаційних можливостей організму спортсменів. Надмірні обсяги роботи ввійшли в суперечність із іншими компонентами тренувального навантаження, негативно позначилися на ефективності процесу спеціальної фізичної й технічної підготовки спортсменів.

Другий напрямок — *усунення в 4-літніх олімпійських циклах і річній підготовці протиріччя, між системою цілеспрямованої підготовки до олімпійських ігор і сформованої в багатьох видах спорту практикою участі у великій кількості змагань протягом року (у першу чергу, комерційних) з орієнтацією на досягнення найвищих результатів, що інтенсивно проявляється в останні роки.* Природно, що така практика призводить до істотного зниження ймовірності потрапляння спортсмена на пік готовності під час головних змагань року. В окремих видах спорту (у першу чергу, у легкій атлетиці), що відрізняються великим календарем комерційних турнірів у другій половині

1990-х - початку 2000-х років, відсоток демонстрації найсильнішими спортсменами кращих результатів року під час чемпіонатів світу й Олімпійських ігор істотно знизився в порівнянні з 70-80-ми роками XX ст. і не перевищує 15-20 %. Це приводить до помітного зниження видовищності й авторитету цих найбільших змагань.

Зрозуміло, що мова не може йти про підпорядкування всього календаря змагань винятково завданню підготовки до головних змагань. Необхідно вишукувати такі схеми побудови підготовки в олімпійських і річних циклах, які дозволили б успішно брати участь у великій кількості змагань протягом 8-10 місяців року й одночасно забезпечували б дотримання базових закономірностей планомірної підготовки до головних змагань року. Дослідження останніх років і досвід практики переконливо свідчать про можливості такого підходу.

Третій напрямок — *розробка методики продовження періоду успішних виступів спортсменів на заключних етапах спортивної кар'єри*.

Комерціалізація й професіоналізація олімпійського спорту загострили інтерес до продовження успішної спортивної кар'єри видатних спортсменів. Це призвело до успішних виступів більшої кількості спортсменів у різних видах спорту далеко за межами оптимальної вікової зони для досягнення найвищих результатів. З'явилося багато прикладів демонстрації видатних результатів спортсменами у віці 30-35 років і навіть 38-40 років не лише в спортивних іграх, але й у легкій атлетиці, велосипедному спорті, різних видах єдиноборств та інших видів спорту. Навіть у спортивному плаванні, яке було прийнято вважати спортом юних з верхньою віковою межею не вище 22-24 років, з'явилася велика кількість видатних 28-32-літніх спортсменів, що успішно конкурують зі своїми більш молодими суперниками. Ця тенденція простежується в останні роки і вимагає серйозного наукового підкріплення в напрямку удосконалення системи підготовки спортсменів на заключних етапах.

Четвертий напрямок — *чітка відповідність системи тренування спортсменів високого класу специфічним вимогам обраного для спеціалізації виду спорту*. Це виражається в різкому збільшенні обсягу допоміжної й, особливо, спеціальної підготовки в загальному обсязі тренувальної роботи.

Загальна підготовка як неспецифічна в її традиційному розумінні перестала відігравати істотну роль у тренуванні спортсменів високого класу й використається переважно як засіб активного відпочинку. Вона набуває чітко виражений базовий характер, стає тісно взаємозалежною як за завданнями, так і за змістом з допоміжною (напівспеціальною) і спеціальною підготовкою.

Навіть ранні етапи багаторічного удосконалення потребують тісного взаємозв'язку засобів і методів тренування, співвідношення роботи різної спрямованості з вимогами вузької спеціалізації. Переконливо доведено, що виконання спортсменами в дитячому й підлітковому віці більших обсягів загальної підготовчої роботи, що не відповідає вимогам майбутньої спеціалізації, здатна придушувати природні задатки юних спортсменів і позбавляти їхньої можливості досягнення видатних результатів в майбутньому.

П'ятий напрямок — *максимальна орієнтація на індивідуальні задатки й здібності кожного конкретного спортсмена при виборі спортивної спеціалізації, розробки всієї системи багаторічної підготовки, визначенні раціональної структури змагальної діяльності та ін.* Це вимагає підвищеної уваги до відбору й орієнтації спортсменів на всіх етапах багаторічного удосконалення, розробки індивідуальних програм підготовки, умілого поєднання індивідуальної й групової форм роботи.

Шостий напрямок — *прагнення до суворо збалансованої системи тренувальних і змагальних навантажень, відпочинку, харчування, засобів відновлення, стимуляції працездатності й мобілізації функціональних резервів.* Сьогодні простежується надмірне захоплення тренувальними й змагальними навантаженнями, засобами стимуляції працездатності й одночасно недооцінка повноцінного відпочинку, харчування, відновних заходів. Саме тут, особливо в раціональному харчуванні, що відповідає не лише специфіці виду спорту, але й спрямованості навантажень у кожному структурному утворенні тренувального процесу, закладені значні резерви підвищення його ефективності.

Не менш істотно резерви пов'язані й з оптимізацією системи застосування фармакологічних засобів, що забезпечують ефективне протікання адаптаційних і відновних реакцій, профілактику перевтоми й перенапруги функціональних

систем, спортивного травматизму й одночасно не входячи в протиріччя із принципами спортивної етики, антидопінговою політикою МОК і спортивних федерацій. Наукова й практична діяльність у цій сфері винятково ускладнена в останні роки у зв'язку з однобічною й далеко не завжди виправданою сучасними принципами спортивної підготовки, спортивної медицини і теорії адаптації політикою Всесвітнього антидопінгового агентства (ВАДА).

Сьомий напрямок — *відповідність системи підготовки до головних змагань географічним і кліматичним умовам місць, у яких планується їхнє проведення*. Варто постійно мати на увазі, що проведення змагань в умовах жаркого або холодного клімату, средньогір'я, при значній зміні часових поясів здатне істотно вплинути на рівень досягнень спортсменів. Врахування цих факторів у системі підготовки дозволяє нейтралізувати їх негативну дію, домогтися досягнення найвищих результатів сезону в незвичних кліматичних і географічних умовах.

Восьмий напрямок — *розширення нетрадиційних засобів підготовки: використання приладів, устаткування й методичних прийомів, що дозволяють повніше розкрити функціональні резерви організму спортсмена; застосування тренажерів, що забезпечують належне удосконалення різних фізичних якостей (наприклад, сили й гнучкості), фізичне й технічне удосконалення; проведення тренування в умовах средньогір'я й високогір'я, що дозволяє інтенсифікувати процеси адаптації до факторів тренувального впливу, підвищити ефективність безпосередньої підготовки до головних змагань*.

Дев'ятий напрямок — *орієнтація всієї системи спортивного тренування на досягнення оптимальної структури змагальної діяльності.* Це передбачає не лише удосконалення всіх її компонентів, вагомих на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей, але й створення відповідного функціонального фундаменту на ранніх етапах багаторічної підготовки. Одночасно варто враховувати, що у структурі змагальної діяльності на рівні вищої спортивної майстерності вагомими часто виявляються компоненти, які на ранніх етапах багаторічної підготовки часто випадають із поля зору тренера й спортсмена. При створенні функціонального фундаменту на етапах

попередньої й спеціалізованої базової підготовки необхідно орієнтуватися на ті складові, які забезпечують успіх на рівні вищих спортивних досягнень. Допущені помилки дуже важко компенсувати на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей.

Десятий напрямок — *удосконалення системи управління тренувальним процесом на основі об'єктивізації знань про структуру змагальної діяльності й підготовленості з урахуванням як загальних закономірностей становлення спортивної майстерності в конкретному виді спорту, так й індивідуальних можливостей спортсменів.* Тут передбачається орієнтація на групові та індивідуальні модельні характеристики змагальної діяльності й підготовленості, що відповідає системі підбору і планування засобів педагогічного впливу, контролю й корекції тренувального процесу.

Аналіз показує, що напрямок, який опирається на можливості сучасної діагностичної техніки й інформаційних технологій, сьогодні є одним з основних резервів удосконалення системи спортивного тренування, тому що дозволяє створити необхідні умови для раціонального управління станом спортсмена й протіканням адаптаційних змін, що забезпечують відповідність рівня підготовленості планованій структурі змагальної діяльності і заданому спортивному результату.

Одинадцятий напрямок — *розширення, конкретизація й часткова перебудова знань і практичної діяльності в ряді розділів спортивної підготовки (розвиток фізичних якостей, планування навантаження в різних структурних утвореннях, удосконалення складних елементів спортивної техніки, застосування ергогенних засобів та ін.) у напрямку забезпечення умов для профілактики спортивного травматизму.*

Справа в тому, що внаслідок винятково високого рівня тренувальних навантажень сучасного спорту й різкого розширення в останні роки змагальної практики, проблема спортивного травматизму перетворилася в одну з найбільш гострих у сучасному олімпійському спорті. Спортивні травми ламають кар'єру багатьох талановитих спортсменів - не дозволяють їм повною мірою розкрити

свої можливості, істотно вкорочують тривалість виступів на вищому рівні, призводять до серйозних проблем зі здоров'ям.

Аналіз показує, що більшість травм (близько 70-80 %) є наслідком недостатнього рівня знань тренерів і спортсменів в області профілактики спортивного травматизму, низької кваліфікації спортивних лікарів, які, як правило, не мають фахової освіти в області спортивної медицини. Свій негативний внесок у проблему спортивного травматизму вносить і недосконаліть ряду положень теорії й методики підготовки спортсменів.

Це цілком зрозуміло, якщо проаналізувати розвиток як загальної теорії й методики спортивної підготовки, так і теорії, методики й, особливо, практики підготовки спортсменів у різних видах спорту. Методика розвитку фізичних якостей, удосконалення техніки, планування навантажень, використання позатренувальних та інших факторів, історично розглядалася винятково з позицій забезпечення максимального тренувального ефекту відносно удосконалення тих або інших сторін спортивної підготовленості й практично ігнорувала аналіз факторів ризику відносно травм, особливо втоми. У результаті багато положень методики підготовки приховують у собі загрозу підвищеного спортивного травматизму. Це особливо стосується методики розвитку гнучкості й швидкісно-силових якостей, підвищеної концентрації в окремих структурних утвореннях тренувального процесу односпрямованих, близьких за біомеханічною структурою широкоамплітудних вправ з високою активізацією швидкісно-силового потенціалу, обсягу й змісту розминки, підготовки в складних клімато-географічних і погодних умовах і ін. Тому в певній корекції ряду положень як загальної теорії, так і конкретної методики підготовки спортсменів приховані істотні резерви зменшення травматизму й підвищення якості процесу підготовки, продовження успішної кар'єри спортсмена.

Дванадцятий напрямок — *динамічність системи підготовки, її оперативна корекція на основі постійного вивчення й обліку як загальних тенденцій розвитку олімпійського спорту, так і особливостей розвитку конкретних його видів — зміна правил змагань і умов їхнього проведення,*

застосування нового інвентарю й устаткування, розширення календаря й зміна значимості різних змагань і ін.

Тринадцятий напрямок — *використання сучасних інформаційних технологій в системі підготовки спортсменів.*

Чотирнадцятий напрямок — *удосконалювання системи керування тренувальним процесом на основі узагальнення різноманітного практичного досвіду та оновленої науково-дослідної інформації.*

Література

1. Бріскін Ю., Передерій А., Пітин М. Методичне забезпечення системи підготовки спортсменів Спеціальних Олімпіад. Український журнал медицини, біології та спорту. 2017. № 1(3). С. 200–208.
2. Височіна Н. Л. Психологічне забезпечення у системі підготовки спортсменів в олімпійському спорті. Київ : Центр учбової літератури», 2018. 384 с.
3. Задорожна О. Р., Бріскін Ю. А., Пітин М. П. Тактика у сучасних олімпійських спортивних єдиноборствах. Львів. ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2023. 416 с.
4. Келлер В. С., Платонов В. М. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів. Львів : Українська Спортивна Асоціація, 1993. 269 с.
5. Линець М. М., Чичкан О., Хіменес Х. та ін. Диференціація фізичної підготовки спортсменів. Львів : ЛДУФК, 2017. 304 с.
6. Платонов В. М. Сучасна система спортивного тренування. Київ : Перша друкарня, 2021. 672 с.
7. Передерій А. Аналіз змагальної діяльності висококваліфікованих дзюдоїстів з вадами зору. Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини. Львів, 2015. Вип. 19, т. 1. С. 184–189.
8. Передерій А. В. Спеціальні Олімпіади в сучасному світі. Львів: ЛДУФК, 2013. 296с. ISBN 978-966-2328-56-1.
9. Пітин М. П. Теоретична підготовка в спорті. Львів : ЛДУФК, 2019. – 372 с.
10. Pityn M., Briskin Yu., Perederiy A., Galan Ya., Tsyhykalo O., Popova I. Sport specialists attitude to structure and contents of theoretical preparation in sport. Journal of Physical Education and Sport. 2017. Vol. 17. P. 988–994.