

«ЗАТВЕРДЖЕНО»
на засіданні кафедри
олімпійського, професійного
та адаптивного спорту
27 серпня 2015 р. протокол № 1

Зав. каф _____ Бріскін Ю. А.

ТЕМАТИКА КОНТРОЛЬНИХ РОБІТ
з дисципліни «Спорт вищих досягнень» (додаткова спеціалізація)
для студентів 1 курсу ФПК ПП ПЗО ОКР «спеціаліст»

Загальні положення

Відповідно до навчального плану студенти факультету ПК ПП ПЗО виконують контрольну роботу в 11-му та 12-му семестрах.

Завдання контрольної роботи:

Поглибити і закріпити знання студентів з дисципліни “Спорт вищих досягнень”;

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).

XI СЕМЕСТР

Тема 1: Система багаторічної підготовки спортсменів

План:

Вступ.

1. Оптимальні вікові межі початку занять як передумова побудови багаторічного тренування.

2. Оптимальні вікові межі початку спеціалізації у подібних за характером змагальної діяльності процесів видів спорту.

3. Вплив динаміки біологічного розвитку на побудову багаторічного тренувального процесу.

4. Структура багаторічного тренувального процесу.

Висновки.

Тема 2: Етапи початкової, попередньої базової та спеціалізованої базової

План:

Вступ.

1. Мета, завдання та зміст підготовки на етапах початкової, попередньої базової та спеціальної базової підготовки.

2. Оптимальні вікові межі початку спеціалізації на етапах попередньої базової та спеціальної базової підготовки.

3. Вплив динаміки біологічного розвитку на побудову багаторічного тренувального процесу на цих етапах.

4. Тактична, психологічна та змагальна підготовка на цих етапах.

5. Вивчення особливостей методики розвитку фізичних якостей на цих етапах

Висновки.

Тема 3: Етапи підготовки до вищих досягнень, максимальної реалізації індивідуальних можливостей та збереження вищої спортивної майстерності

План:

Вступ.

1. Побудова тренувальних занять на етапах підготовки до вищих досягнень, максимальної реалізації індивідуальних можливостей та збереження вищої спортивної майстерності.

2. Методика підготовки спортсменів на цих етапах.
 3. Психічна, тактична і технічна підготовка на цих етапах.
 4. Змагальна діяльність на цих етапах.
- Висновки.

Тема 4: Використання умов середньогір'я, високогір'я і штучна гіпоксія у системі підготовки спортсменів

План:

Вступ.

1. Адаптація спортсменів до висотної гіпоксії.
 2. Методика підготовки спортсменів у гірських умовах.
 3. Реакліматизація і деадаптація спортсменів після тренувань в середньо-та високогір'ї.
 4. Штучне гіпоксичне тренування в системі підготовки спортсменів.
- Висновки.

Тема 5: Моделювання в спорті

План:

Вступ.

1. Загальні положення моделювання в спорті.
 2. Моделі змагальної діяльності спортсменів.
 3. Моделі підготовленості спортсменів.
 4. Морфо-функціональні моделі спортсменів.
- Висновки.

XII СЕМЕСТР

Тема 6: Основи прогнозування в спорті

План

Вступ.

1. Методи прогнозування у спорті.
 2. Прогнозування та планування як функції управління.
 3. Види прогнозування у спорті.
- Висновки.

Тема 7: Спортивний відбір у системі багаторічної підготовки спортсменів

План:

Вступ.

1. Обґрунтування поняття «спортивна обдарованість».
 2. Критерії відбору для занять спортом.
 3. Мета, завдання та зміст спортивної орієнтації.
 4. Мета, завдання та зміст відбору до занять спортом.
 5. Мета, завдання та зміст спортивної селекції.
- Висновки.

Тема 8: Застосування методів екстраполяції при прогнозуванні в спорті

План

Вступ.

1. Алгоритми методів екстраполяції.
2. Прогнозування результатів з використанням рівняння прямої.
3. Комп'ютерна екстраполяція при прогнозуванні.

Висновки.

Тема 9: Актуальні напрямки практичного застосування системи прогнозування в спорті

План

Вступ.

1. Методи прогнозування.
2. Прогнозування результатів з використанням рівняння прямої.
3. Види прогнозування в спорті.

Висновки

Література

Базова

1. Келлер В. С. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів / Келлер В. С., Платонов В. М. – Л.: Українська спортивна Асоціація, 1992. – 269 с.
2. 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
3. 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.

Допоміжна

1. Ашмарин Б. А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании: [пособ. для студ., аспирант. и препод.] / Ашмарин Б. А. – М.: Физкультура и спорт, 1978. – 233 с.
2. Платонов В.Н. Теория и методика спортивной подготовки. – К.: Вища школа. Головное изд-во, 1984. – 352 с.
3. Матвеев Л. П. Основы спортивной тренировки / Матвеев Л. П.– М.: ФиС, 1977.– 271 с.
4. Платонов В. Н. Подготовка квалифицированных спортсменов / Платонов В. Н. – М.: ФиС, 1986.– 286 с.
5. Платонов В. Н. Теория и методика спортивной подготовки / Платонов В. Н., – К.: Вища школа. Головное изд-во, 1984. – 352 с.

6. Линець М. М. Основи методики розвитку рухових якостей / Линець М. М. – Л.: Штабар, 1997. – 208 с.
7. Платонов В. М. Фізична підготовка спортсмена / Платонов В. М., Булатова М. М. – К.: Олімпійська література, 1995. – 320с.
8. Иванов В. В. Комплексный контроль в подготовке спортсменов / Иванов В. В. – М.: ФиС, 1987. – 256 с.
9. Верхошанский Ю. В. Основы специальной физической подготовки спортсменов / Верхошанский Ю. В. – М.: ФиС, 1988. – 331 с.
10. Волков В. М. Спортивный отбор / Волков В. М., Филин В. П. – М.: ФиС, 1983. – 176 с.
11. Волков Л. В. Основы спортивной подготовки детей и подростков / Волков Л. В. – К.: Вища школа, 1993. – 152 с.
12. Тер-Ованесян А. А. Педагогика спорта / Тер-Ованесян А. А., Тер-Ованесян И. А. – К.: Здоров'я, 1986. – 208 с.
13. Шустин Б. Н. Моделирование и прогнозирование в системе спортивной тренировки / Шустин Б. Н. – М.: СААМ, 1995. – С.226-237.
14. Шустин Б. Н. Модельные характеристики соревновательной деятельности / Шустин Б. Н. // Современная система спортивной подготовки. – М.: СААМ, 1995. – С.50-73.
15. Филин В.П. Теория и методика юношеского спорта. – М.: Фізкультура и спорт, 1987. – 128 с.
16. Филин В.П., Основы юношеского спорта. / В.П. Филин., Н.А. Фомин. – М.: ФиС, 1980. – 255 с.