

Державний вищий навчальний заклад
«Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника»

Факультет фізичного виховання і спорту
Кафедра спортивно-педагогічних дисциплін



«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Вересня 2020 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Технології підготовки спортсменів

Освітня програма Фізична культура і спорт
другого (магістерського) рівня
Спеціальність 017 Фізична культура і спорт
Галузь знань 01 Освіта/Педагогіка

Івано-Франківськ – 2020 рік

**Робоча програма навчальної дисципліни
Технології підготовки спортсменів**

для студентів спеціальності 017 Фізична культура і спорт

Розробник:

П'ятничук Г.О., доцент кафедри спортивно-педагогічних дисциплін,
кандидат наук з фізичного виховання і спорту.

Робоча програма затверджена на засіданні
кафедри спортивно-педагогічних дисциплін

Протокол від "21" серпня 2020р. № 1

Завідувач кафедри

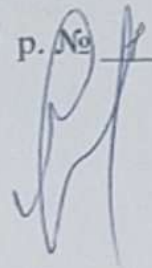


А.В. Синиця

Схвалено науково - методичною радою
факультету фізичного виховання і спорту

Протокол від "07" 09 2020 р. № 1

Голова



Е.Й.Лапковський

"07" 09 2020 р.

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів 3,0	Галузь знань 01 освіта (шифр і назва)	Цикл професійної та практичної підготовки Нормативна	
	Напрямок підготовки 017 (Фізична культура і спорт)		
Модулів – 1	Спеціальність (професійне спрямування):	Рік підготовки:	
Змістових модулів – 2		1	1
Індивідуальне науково-дослідне завдання (назва)		Семестр	
Загальна кількість годин - 90		1	1
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 2 самостійної роботи студента – 4 1 семестр – 30/60,	Освітньо-кваліфікаційний рівень: магістр	1с.-8 год.	1с.-2 год.
		Практичні,	
		1с.-22 год.	1с.-4 год.
		Самостійна робота	
		1с.-60 год.	1с.-84 год.
		Індивідуальні завдання: год.	
		Вид контролю: 1 сем.-екзамен	

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

для денної форми навчання – 62 % до 38 %;
для заочної форми навчання – 24 % до 76 %.

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

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

Завданням вивчення дисципліни - ознайомлення з найбільш поширеними актуальними проблемами сучасної підготовки спортсменів в різних видах спорту; - оволодіння навичками підбору профілактичних заходів подолання проблем підготовки спортсменів; - оволодіння системою засобів, методів та принципів профілактики та вирішення актуальних проблем в обраному виді спорту .

Програмні компетентності

Загальні компетентності:

ЗК3. Здатність спілкуватися іноземною мовою.

ЗК5. Здатність до адаптації та дії в новій ситуації.

Спеціальні (фахові, предметні) компетентності:

СК3.Здатність керувати колективом в сфері своєї професійної діяльності, толерантно сприймаючи соціальні, етнічні, конфесійні та культурні відмінності;

СК8.Здатність розробляти перспективні, оперативні плани і програми конкретних занять у сфері спорту вищих досягнень;

СК9.Здатність використовувати методи і засоби фізичної культури для забезпечення повноцінної соціальної та професійної діяльності;

Програмні результати навчання:

1. Володіти концептуальними та методологічними знаннями в галузі фізичної культури і спорту та бути здатним застосовувати їх до професійної діяльності на межі предметних галузей.

6. Використовувати сучасні інформаційні технології у науковій діяльності, організації та проведенні навчальних занять.

11. Працювати як з окремими методиками, так і з комплексом методів, забезпечення спортивної діяльності фізичної культури і спорту.

3. Програма навчальної дисципліни

Тема 1. Сучасні системи фізичної і спортивної підготовки.

Характеристика сучасної системи підготовки спортсменів. Сучасна система знань, що становить зміст теорії підготовки спортсменів.

Тема 2. Спортсмен у спорті та соціальному житті. Місце спортсмена в олімпійському спорті. Порівняння завдань спортсменів в олімпійському,

аматорському та професійному спорті. Соціалізація спортсмена та проблема виходу зі спорту.

Тема 3. Специфічні проблеми спортивного життя. Основні засади спортивного життя. Сучасні спортивні напрями. Проблеми спортивного життя. Особливості актуальних проблем в обраному виді спорту.

Тема 4. Профілактичні заходи щодо проблем спортивного життя. Профілактика як основний напрям запобігання виникнення проблем спортивного життя. Категорії проблем, проблемне поле спортсмена. Комплексна модель подолання проблем. Системний підхід до вирішення проблем спортивного життя.

Тема 5. Актуальні проблеми спортивного відбору, орієнтації та селекції. Аналіз поняття “спортивна обдарованість”. Чинники, що обумовлюють спортивну обдарованість. Мета, завдання та зміст спортивної орієнтації та селекції. Критерії відбору. Завдання та зміст відбору на різних етапах багаторічної підготовки. Педагогічні критерії визначення рухової обдарованості спортсменів. Біологічні (генетичні) критерії визначення рухової обдарованості спортсменів. Таблиці оцінки загальних та спеціальних здібностей при спортивному відборі.

Тема 6. Актуальні проблеми підготовки спортсменів в тренувальний період. Особливості різних періодів підготовки спортсменів. Тренувальний період як основний за діяльністю. Про актуальні проблеми підготовки спортсменів в тренувальний період.

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.
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	
Тема 1. Сучасні системи фізичної і спортивної підготовки.	16	2		2		10	16	2				14
Тема 2. Спортсмен у спорті та соціальному житті.	14			4		10	14					14
Тема 3. Специфічні проблеми спортивного життя	14			4		10	14					14
Тема 4. Профілактичні заходи щодо проблем спортивного життя.	14	2		4		10	14			2		12
Тема 5. Актуальні проблеми спортивного відбору, орієнтації та селекції.	16	2		4		10	16			2		14
Тема 6. Актуальні проблеми підготовки спортсменів в тренувальний період.	16	2		4		10	16					16
Разом	90	8	-	22	-	60	90	2	-	4	-	84

5. Теми практичних занять

з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1	Тема 1. Сучасні системи фізичної і спортивної підготовки.	2	
2	Тема 2. Спортсмен у спорті та соціальному житті.	4	
3	Тема 3. Специфічні проблеми спортивного життя	4	
4	Тема 4. Профілактичні заходи щодо проблем спортивного життя.	4	2
5	Тема 5. Актуальні проблеми спортивного відбору, орієнтації та	4	2
6	Тема 6. Актуальні проблеми підготовки спортсменів в	4	
	Разом	22	4

6. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1	Тема 1. Сучасні системи фізичної і спортивної підготовки.	10	14
2	Тема 2. Спортсмен у спорті та соціальному житті.	10	14
3	Тема 3. Специфічні проблеми спортивного життя	10	14
4	Тема 4. Профілактичні заходи щодо проблем спортивного життя.	10	12
5	Тема 5. Актуальні проблеми спортивного відбору, орієнтації та селекції.	10	14
6	Тема 6. Актуальні проблеми підготовки спортсменів в тренувальний період.	10	16
	Разом	60	84

7. Методи навчання

I. Методи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності.

A.

- словесні методи - розповідь-пояснення, бесіда, лекція;
- наочні методи - ілюстрація, демонстрація;

- практичні методи: досліди, вправи, лабораторні та практичні роботи, реферати;

Б. Індуктивні та дедуктивні.

С. Репродуктивні та точні, проблемно-пошукові.

Д. Навчальна робота під керівництвом викладача - самостійна аудиторна робота: вирішення ситуаційних задач, самостійні письмові роботи.

Е. Самостійна робота поза контролем викладача - самостійна робота вдома: домашні завдання - усні та письмові.

II.

А. Методи стимулювання інтересу до навчання:

- створення ситуації інтересу при викладанні того чи іншого матеріалу: використання рольових ігор, перегляд навчальних телепередач, кінофільмів.
- навчальні дискусії;
- аналіз практичних та клінічних ситуацій;

Б. Методи стимулювання й мотивації навчально-пізнавальної діяльності:

- роз'яснення мети навчального предмету
- вимоги до вивчення предмета , дисциплінарні, організаційно-педагогічні).
- заохочення та покарання в навчанні: оцінка студентів за успіхи, усне схвалення (чи осуд викладача).

III. Методи контролю (самоконтролю, взаємоконтролю), корекції (самокорекції, взаємокорекції) за ефективністю навчально-пізнавальної діяльності.

IV. Бінарні, інтегровані, універсальні методи.

8. Методи контролю

1. Усне опитування;
2. Тестування;
3. Письмовий контроль;
4. Екзамен.

9. Розподіл балів, які отримують студенти

Модуль 1				
Навчальна (аудиторна робота)				
Змістовий модуль 1				
Робота на парах	Оцінка за самостійну роботу	Оцінка за знання термінології	Екзамен	Разом
40	5	5	50	100
<p>Оцінювання відповідей студентів на практичних і семінарських заняттях відбувається за 100 бальною шкалою.</p> <p>По завершенні теоретичного навчання середнє арифметичне усіх отриманих оцінок у 100-бальній шкалі множиться на ваговий коефіцієнт 0,4, відповідно – максимальний бал за усі отриманні заняття у підсумку може скласти 40 балів.</p> <p>Оцінювання за екзамен відбувається у 100-бальній шкалі, отримана оцінка сходиться на ваговий коефіцієнт 0,5.</p> <p>Підсумкова оцінка за вивчення дисципліни складається із математичної суми балів за роботу на парах (максимально – 40 балів), отриманих балів за самостійну роботу (оцінка виставляється у 100-бальній шкалі і множиться на ваговий коефіцієнт 0,05, відповідно максимальний бал за самостійну роботу може скласти 5 балів), оцінки за знання термінології (оцінка виставляється у 100-бальній шкалі і множиться на ваговий коефіцієнт 0,05, відповідно максимальний бал може скласти 5 балів) і оцінки, отриманої за екзамен (максимальний бал – 50 балів), що в сумі максимально може скласти 100 балів.</p> <p>Критерії оцінювання за 100-бальною шкалою:</p> <p><i>90-100 балів</i> – Студент вільно володіє навчальним матеріалом; висловлює свої думки; творчо виконує індивідуальні та колективні завдання; самостійно знаходить додаткову інформацію та використовує її для реалізації поставлених перед ним завдань; вільно використовує нові інформаційні технології для поповнення власних знань; комунікативні уміння та навички сформовані на високому рівні; може аргументовано обрати раціональний спосіб виконання завдання і оцінити результати власної практичної діяльності; виконує завдання, не передбачені навчальною програмою; вільно використовує знання</p>				

для розв'язання поставлених перед ним завдань.

70-89 балів – Студент вільно володіє навчальним матеріалом, застосовує знання на практиці; узагальнює і систематизує навчальну інформацію, але допускає незначні граматичні помилки у порівняннях, формулюванні висновків, застосуванні теоретичних знань на практиці; за зразком самостійно виконує практичні завдання, передбачені програмою; має стійкі навички виконання завдань.

50-69 балів – Студент володіє навчальним матеріалом поверхово, фрагментарно; на рівні запам'ятовування відтворює певну частину навчального матеріалу з елементами логічних зв'язків; знайомий з основними поняттями навчального матеріалу; комунікативні уміння та навички сформовані частково; під час відповіді допускаються суттєві граматичні помилки; має елементарні нестійкі навички виконання завдань; планує та виконує частину завдань за допомогою викладача.

Менше 50 балів – У студента не сформовані комунікативні уміння та навички; студент допускає велику кількість граматичних помилок, що ускладнює розуміння; студент не володіє навчальним матеріалом; виконує лише елементарні завдання, потребує постійної допомоги викладача.

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
80 – 89	B	добре	
70 – 79	C		
60 – 69	D	задовільно	
50 – 59	E		
26 – 49	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-25	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

10. Методичне забезпечення

11. 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. Теория 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 развития руховых качеств / 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.nbu.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.