

УДК 378.14:796.011.3

Шамардіна Г.М.¹, Захарова О.М.², Сметанін С.В.³

¹ проф. НУ «Запорізька політехніка»

^{2,3} старш. викл. НУ «Запорізька політехніка»

ЗАВДАННЯ ТА ПЕРСПЕКТИВИ ВИКЛАДАННЯ ДИСЦИПЛІНИ «ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА СПОРТИВНОГО ТРЕНУВАННЯ»

Викладання дисципліни «Теорія і методика спортивного тренування» передбачено на освітньо-кваліфікаційному рівні «магістр» спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» усіх форм навчання у циклі вибіркового дисциплін. Загальний обсяг викладання курсу складає 120 годин (4 кредити); матеріал розподілений на 2 змістовні модулі – «Система підготовки у спорті і концептуальні положення» та «Основи юнацького спорту». Підсумковою формою контролю є залік. Метою викладання дисципліни є систематизація, закріплення та розширення теоретичних і практичних знань в галузі підготовки спортсменів. Завдання дисципліни:

- формування та удосконалення комплексу спеціальних знань у магістрантів, що забезпечують ефективну професійну діяльність в сфері фізичної культури і спорту;

- застосування набутих знань в професійній діяльності щодо підготовки спортсменів та вміння вирішувати конкретні наукові, практичні та інші завдань;

- розвиток навичок самостійної роботи та оволодіння технологією пізнавальної діяльності;

- формування наукових інтересів магістрантів до професійної діяльності у системі спорту вищих досягнень.

У результаті вивчення навчальної дисципліни здобувач повинен знати: методи організації проведення виховної роботи з урахуванням індивідуальних особливостей осіб, які займаються спортом; різні способами регулювання навантаження та визначення реакції організму на основі знань з адаптації функціональних систем організму; основні критерії спортивного відбору щодо систематичних занять фізичною культурою та спортом; основи

профілактики травматизму та захворюванням у спорті; вплив допінгу та боротьби з ним у системі підготовки спортсменів та змаганнях; основні правила з забезпечення відповідних санітарно-гігієнічних вимог та правил безпеки; особливості планування навантажень та контролю з урахуванням особливостей жіночого організму.

Внаслідок вивчення курсу магістранти повинні вміти: правильно аналізувати й інтерпретувати історичні аспекти підготовки в олімпійському спорті; досліджувати та аналізувати актуальні наукові проблеми теорії та методики спорту; використовувати сучасні методи пошуку, збору і аналізу науково-технічної інформації; визначати основні фактори які впливають на спортивний результат та досягнення спортсменів різної кваліфікації; розкривати характерні риси змагальної діяльності з урахуванням специфіки виду спорту; досліджувати і аналізувати актуальні проблеми теорії та методики дитячого та юнацького спорту; забезпечити органічне поєднання теоретичного матеріалу з практичним у рамках окремого заняття; аналізувати та формувати загальні риси розвитку спорту в історичному аспекті розвитку дитячого та юнацького спорту; планувати і розробляти програму реалізації освітніх, виховних і оздоровчих завдань у процесі підготовки спортсменів; встановлювати ділові та неформальні стосунки з окремими особами та групами осіб у навчально-тренувальному процесі та під час змагань; визначити вікові та індивідуальні особливості спортсменів; визначити рівень розвитку фізичних якостей та функціональний стан систем організму, що забезпечують проявлення фізичних якостей; використовувати різні методики для виявлення обдарованих дітей та залучення їх до систематичних занять різними видами спорту; використовувати основні критерії відбору на різних етапах багаторічної підготовки у дитячому та юнацькому спорті; визначати характерні риси з управління поведінкою спортсменів, навчально-тренувальним процесом та їх функціональним станом; організовувати комплексний контроль за станом здоров'я, фізичним розвитком та підготовленістю спортсменів; аналізувати проблеми адаптації функціональних систем організму у спорті; розробляти науково-методичні рекомендації щодо фізичного, технічного, тактичного та психічного удосконалення спортсменів відповідно до природних та географічних умов; розробляти плани, конспекти, методичні рекомендації щодо учбово-тренувальних занять відповідно природних та географічних умов; контролювати параметри навантажень і відпочинку під час тренувань в різних природних та географічних умовах; контролювати основні життєві показники спортсменів в різних природних та географічних умовах; контролювати параметри навантажень і відпочинку під час тренувань; контролювати параметри навантажень і відпочинку під час тренувань відповідно до циркадних ритмів діяльності людини; визначати основні

фактори травматизму у спорту; надавати характеристику засобам відновлення та стимуляції роботоздатності у процесі підготовки та змагань у спортсменів з урахуванням віку, рівня підготовленості та етапу підготовки та планувати та використовувати засоби відновлення в системі підготовки та змагань спортсменів з урахуванням віку, рівня підготовленості та етапу підготовки; організовувати роботу по відповідному матеріально-технічному забезпеченню навчально-виховного процесу; забезпечувати необхідним інвентарем і обладнанням процесу підготовки спортсменів.