

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МИКОЛАЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ В. О. СУХОМЛИНСЬКОГО
Факультет фізичного виховання та спорту
Кафедра спорту**



ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор із науково-педагогічної

роботи

О.А. Кузнецова

27 серпня 2019 р.

**ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
КОНТРОЛЬ І УПРАВЛІННЯ
СПОРТИВНОЮ ПІДГОТОВКОЮ**

Ступінь бакалавра

Галузь знань 01 Освіта/Педагогіка

Спеціальність 017 Фізична культура і спорт

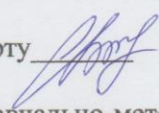
Освітня програма: фізична культура і спорт: тренер з видів спорту

Миколаїв 2019 р.

РОЗРОБНИК ПРОГРАМИ: Козубенко О.С. старший викладач спорту


Програму схвалено на засіданні кафедри спорту

Протокол від « 27 » серпня 2019 року № 1

Завідувач кафедри спорту  О.С.Славітяк

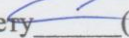
Програму погоджено навчально-методичною комісією факультету фізичного виховання та спорту

Протокол від « 27 » серпня 2019 року № 1

Голова навчально-методичної комісії  (Литвиненко О.М.)

Програму погоджено навчально-методичною комісією університету

Протокол від 27 серпня 2019 року № 14

Голова навчально-методичної комісії університету  (О.А. Кузнецова)

ВСТУП

Контроль і управління спортивною підготовкою є важливою складовою загально державної системи освіти в галузі працівників фізичної культури і спорту. А також патріотичного виховання молоді, зміцнення здоров'я, розвитку інтелектуальних здібностей людини шляхом залучення до вивчення теоретичних основ вимірювання, контролю у фізичній культурі і спорті та управлінню спортивною підготовкою спортсменів.

В рамках вивчення дисципліни «Контроль і управління спортивною підготовкою» студенти оволодівають знаннями в області контролю і управлінню підготовкою спортсменів, вивчають основи та одиниці вимірювань, методи математичної статистики у спорті, прогнозування спортивних досягнень, методами управління тренувальним процесом.

Завдання курсу:

1. Мета та завдання навчальної дисципліни:

Мета. Оволодіти теоретичним курсом знань та практичних навичок контролю і управлінню підготовкою спортсменів.

Завдання дисципліни:

Освітні:

- вивчення теоретичних основ контролю і управлінню підготовкою спортсменів;
- оволодіння методикою контролю фізичних вправ;
- оволодіння методами і засобами контролю і тестування за технікою фізичних вправ та фізичними якостями;

Оздоровчі:

- розвиток функціональних систем організму та зміцнення здоров'я студентів;
- забезпечення високого рівня працездатності.

Виховні:

- сприяння соціальному формуванню особистості;
- виховання працелюбності, наполегливості, витримки;
- формування почуття патріотизму.

Критеріями засвоєння матеріалу навчальної дисципліни "Контролю і управлінню підготовкою спортсменів" є наявність у студентів наступних знань:

- місце та значення контролю і управлінню підготовкою спортсменів у в системі фізичного виховання України:

- основ техніки і вмінь навичок вимірювань методів аналізу;
- основ методики управління підготовкою спортсменів;

Вмінь та навичок:

- техніки тестування;
- проведення аналізу тренувального процесу;
- організація і проведення досліджень.

Об'єктом є контроль і управління в спортивній підготовці спортсменів, як засіб фізичного виховання, спортивних досягнень і оздоровлення нації.

Предметом дисципліни є теоретичні основи контролю і управління підготовкою спортсменів, як наукової дисципліни.

Об'єм вимог по дисципліні " Контролю і управлінню підготовкою спортсменів "

В результаті вивчення курсу " Контролю і управлінню підготовкою спортсменів " студент повинен оволодіти необхідним об'ємом знань, умінь, навичок.

Повинен знати:

- Основні вимоги і положення контролю та методи метрологічних вимірювань в спорті, методи вимірювання параметрів рухової функції людини;
- Основи теорії вимірювань;
- Методичні основи тестування та оцінювання;
- Методи кваліметрії та інструментальні методи вимірювання;
- Основи побудови вимірювальних систем.

Повинен уміти:

- Вимірювати кількісні показники рухової діяльності спортсменів;
- Оцінювати результати тестування та коректно їх інтерпретувати;
- Кількісно оцінювати якісні показники;
- Використовувати результати аналізу комплексних вимірювань в педагогічній діяльності для управління тренувальним процесом.

Мати навички:

- Використання знань контролю у спорті при проведенні досліджень і аналізі результатів тренувальної діяльності;
- Прогнозування рівня спортивних досягнень, проведення відбору, проведення контролю спортивно-педагогічного процесу.

Навчальна дисципліна «Контроль і управління спортивною підготовкою» включає наступні дидактичні одиниці:

- *теоретичну* систему науково-практичних знань в галузі спортивної метрології, спортивної медицини та управління підготовкою спортсменів яка вивчається студентами на лекціях, практичних заняттях та самостійно;

- *практичний* розділ, що складається з трьох підрозділів, а саме:

- а) засвоєння навичок та вмінь вимірювань, методів контролю, аналізу, планування і управління тренувальним процесом;
- б) оволодіння теорією вимірювання;
- в) аналіз результатів вимірювань. методи математичної статистики;
- г) надбання нових самостійної роботи студентів з науково-методичною літературою;
- д) оволодіння навичками науково-дослідницької роботи.

Контрольний розділ, що визначає диференційний та об'єктивний облік результатів навчальної діяльності студентів:

- а) контроль засвоєння теоретичних знань, тестові та текстові контрольні роботи – тематичні, семестрові, підсумкові);
- б) контроль засвоєння навичок тестування їх аналіз та рендомізація навантажень.

Всі розділи програми є взаємообумовленими та взаємозв'язаними спільною метою надання студентам необхідного обсягу професійних знань, вмінь та навичок.

Структурними одиницями викладання дисципліни «Контроль і управління спортивною підготовкою» є лекції, практичні, індивідуальні заняття і самостійна робота студентів.

На **лекціях** викладаються найважливіші питання організаційної роботи, та методика контролю фізичної та спортивної підготовки у загально-освітніх школах і спеціалізованих спортивних закладах; наводяться данні сучасних досліджень в галузі спортивних наук.

На **практичних заняттях** вивчається техніка та методика навичок контролю засобами спортивної метрології, математичної статистики, при проходженні навчальної практики прищеплюються, удосконалюються та закріплюються навички та вміння, необхідні для самостійної роботи за фахом.

До **самостійної роботи** студентів відноситься самостійне засвоєння певних розділів теоретичного курсу, робота з основної та додаткової літератури, підготовка до кредитних контрольних робіт.

Успішність студентів визначається відповідно їх теоретичної та практично методичній підготовці, згідно до вимог кредитно-трансферної системи.

Міждисциплінарні зв'язки:

Контролю і управлінню спортивною підготовкою зв'язан з дисциплінами математика, фізика, анатомія, фізіологія, математична статистика в спорті.

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студент оволодіває такими компетентностями:

Компетентність дисципліни Контролю і управлінню спортивною підготовкою для спеціальності спорт це формування професійної компетентності майбутніх фахівців з дисципліни деференціюється на окремі компоненти що характеризуються такими складовим:

Загальні:

ЗК 1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК 3. Здатність спілкуватися українською мовою (усно та письмово).

ЗК 4. Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.

ЗК 5. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями.

ЗК 6. Здатність використовувати іноземну мову у професійній діяльності.

Фахові :

ФК 1. Здатність використовувати під час навчання та виконання професійних завдань знань про будову тіла людини та механізми життєдіяльності її організму, фізіологічні та біохімічні основи адаптації до фізичних навантажень різної спрямованості.

ФК 2. Здатність використовувати під час навчання та виконання професійних завдань базові знання з теорії і методики фізичного виховання та спортивною підготовки.

ФК 7. Здатність визначати закономірності, розвиток і форми психічних проявів людини, а також формувати мотиваційно-ціннісні орієнтації особистості.

ФК 9. Здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар.

ФК 11. Здатність здійснювати виміри у відповідності до метрологічних вимог, біомеханічний аналіз, синтез, моделювання фізичних вправ та керування рухами людини.

Критерії сформованості компетентності майбутніх фахівців: ціле мотиваційний, гностичний, операційно-практичний, та рефлексивно-творчий.

На вивчення навчальної дисципліни відводиться 120 годин 4 кредити ECTS.

2. Інформаційний обсяг навчальної дисципліни

Програма навчальної дисципліни складається з такого змістових кредитів:

Курс дисципліни “ Контроль управління спортивною підготовкою “

Передбачає вивчення студентами теорії, методики та оволодіння практичними навичками контролю, управління і проведення досліджень в загальноосвітніх та спеціалізованих спортивних закладах.

Кредит 1. Зміст дисципліни Контролю і управлінню спортивною підготовкою спортсменів.

Тема 1. Види контролю. Засоби контролю за завальною фізичною підготовкою спортсменів.

Тема 2. Основи теорії контролю, управління спортивною підготовкою, аналіз, рекомендації.

Тема 3. Методи і засоби контролю за спеціальною підготовкою у різних видах спортивної підготовки, аналіз та управління спортивною підготовкою.

Тема 4. Інформативність тестів: основні поняття, логічний та емпіричний методи обґрунтування інформативності
Різновиди норм в залежності від віку, конституції тіла, тощо. Обґрунтування придатності норм контролю.

Кредит 2. Засоби контролю спеціальних фізичних якостей, педагогічних, психологічних та медикобіологічних показників їх аналіз, рекомендації.

Тема 5. Контроль за розвитком сили, аналіз планування тренувального заняття.

Тема 6. Контроль за розвитком силової витривалості, аналіз планування тренувального заняття.

Тема 7 Контроль за розвитком витривалості, аналіз планування тренувального заняття.

Кредит 3. Основи видів комплексного контролю у фізичному вихованні та спорті.

Тема 8. Педагогічний контроль за фізичною підготовленістю спортсменів

Тема 9. Контроль за розвитком швидкості, аналіз планування тренувального заняття.

Тема 10. Метрологічні основи контролю за технічною та тактичною підготовленістю спортсменів
Контроль за розвитком витривалості, аналіз планування тренувального заняття.

Тема11. Контроль за технічною підготовкою та змагальною діяльністю. Контроль за тренувальними та змагальними навантаженнями
Контроль за спеціалізованістю навантаження, за направленістю навантаження, за координаційною складністю навантаження, за величиною та інтенсивністю навантаження.
Навантаження змагальних вправ і методи їх контролю.

Тема 12. Медикобіологічний контроль тренувальної та змагальної діяльності, аналіз, рекомендації.

Кредит 4. Управління підготовкою спортсменів.

Тема 13. Засоби контролю за розвитком сили, аналіз і управління розвитком сили.

Тема 14. Засоби контролю за розвитком швидкості, аналіз і управління розвитком швидкості.

Тема 15. Засоби контролю за Витривалості, аналіз і управління розвитком витривалості.

Тема 16. Засоби контролю за розвитком спритності, аналіз і управління вдосконаленням спритності.

3. Рекомендована література.

Базова

1. Команов В.В. Резервы тренерского мастерства. Узд. Спорт:. 2017.- 144с.
2. КрутевичТ.Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді: навч. посібн./Т.Ю. Крутевіч, М.І. Воробьов,Г.В. Безверхня.-К.:Олімпійська література . 2011.- 284с.
- 3.Козубенко О.С.Тупеев Ю.В. Навчально методичний посібник. Метрологічний контроль в спорті МНУ В.О.Сухомлинського Миколаїв 2017р. 352 с .
4. Иссурин В.Б. Спортивный талант: прогноз и реализация, монографія. изд. Спорт.- 2017с.
5. Макаренко А.С., Загальна теорія підготовки спортсменів : навч.-метод. посібник для студентів галузі знань «Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини» / О. М. Бурла та

інші. – 2-ге вид., випр. і доп. – Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2016. –184 с.

6. Мартенс РРайнер Успешный тренер. Узд. Человек.: 2014.-240с.

7.Ноиков А. А. Основы спортивного мастерства изд. Советский спор 2012.-256с.

8.Лапицький В. О. Навчально-методичний посібник з тренерської практики : для студентів спеціальностей 6.010202 «Спорт», галузь знань 0102 – фізичне виховання, спорт і здоров'я людини / В.О. Лапицький, В.І. Гончаренко, М.Б. Чхайло. – Суми : Вид-во СумДПУ імені А.С. Макаренка, 2015. – 124 с

9. Речкалов А.В. Врачебно-педагогический контроль в физической культуре и спорте: монография / А.В. Речков, Д.А. Корюкин: изд. Курганского гос. Университета. 2011.-225с.

10.Шинкарук О. А. Теорія і методика підготовки спортсменів: управління, контроль, відбір, моделювання та прогнозування в олімпійському спорті: н7ав. Посіб. /О.А. Шінкарук.-Київ 2013.-136с.

11.ЯкимовА. И. Основы тренеского мастерства. Учебно-методическое пособие. Узд Спорт. 2015.-176с.

Допоміжна

1. Ингерлейб М. Б. Анатомия физических упражнений / Ингерлейб М. Б. – Изд. 2-е. – Ростов н/Д : Феникс, 2009. – 187с.

Нока Р.М. Основы кинезиологии / Р.М. Нока. – К.: Олимпийская литература, 2004. – 400 с.

Інформаційні ресурси

1. Сайт кафедри спорту МНУ ім. В.О.Сухомлинського.

2. <http://www.fina.org>

3. <http://len..org/>

4. <http://www.df.ua.org/>

5. The Indoor Rowing Training Guide by / Terry O'Neill and Alex Skelton. – Nottingham: Nott'm South & Wilford Ind. Est, 2013. – 253 p.

6. <http://www.3dnews.ru/software/virtualdub>.

2.

4. Форма підсумкового контролю – екзамен у 7 семестрі

5. Засоби діагностики навчальних досягнень студентів.

Комплексної контрольної роботи з дисципліни “ Контролю і управлінню спортивною підготовкою спортсменів. ”

ККР з дисципліни «Контролю і управлінню спортивною підготовкою спортсменів. » складається з трьох завдань.

Кожне завдання пов'язане вмінням студента використовувати набуті знання для вирішення практично спрямованих завдань.

Загальний час на виконання ККР 80 хвилин.

При оцінці результатів необхідно враховувати:

1. знання теоретичного матеріалу;

2. самостійність;
- 3 логічність відповідей;
4. повноту відповідей;
5. правильність відповідей;
6. охайність оформлення

За виконання окремих завдань нараховуються бали в залежності від складності питання:

1. за перше завдання – максимально 10 балів;
2. за друге і третє завдання – максимально по 20 балів.

Загальна кількість балів за виконання ККР визначається як сума балів за виконання окремих її завдань, після чого здійснюється перерахування сумарних балів в чотирибальну оцінку згідно таблиці: