

**Методичні матеріали до практичних занять
з навчальної дисципліни теорія спортивного відбору**

Кредит 1. Відбір і орієнтація спортсменів у системі багаторічної підготовки.

Тема 1. Основи спортивного відбору.

План

1. Основні положення вивчення проблем відбору та орієнтації в спорті.
2. Загальна характеристика системи відбору і орієнтації в спорті.
3. Спортивна обдарованість.
4. Види відбору та орієнтації в процесі багаторічної підготовки.

Контрольні питання:

1. Роль спадковості у визначенні морфо-функціональних особливостей організму спортсмена?
2. Перерахуйте комплекс показників для оцінки придатності спортсмена?
3. Поняття «задатки» і «приспосовування» організму до зовнішніх факторів впливу?
4. Які ставляться вимоги для реалізації професійного відбору в спорті?
5. Основні параметри, що впливають на відбір дітей та підлітків в спорті?

Література:

1. Верхошанский Ю. В. Основы специальной физической подготовки / Ю.В. Верхошанский. – М. : Физкультура и спорт, 1988. – 333 с.
2. Виноградова О. Л. Оптимизация процесса физической тренировки: разработка новых «щадящих» подходов к тренировке силовых возможностей / О. Л. Виноградова, Д. В. Попов и др. // Физиология человека. – 2013. – Т. 39, № 5. – С. 71–85.
3. Волков Н. И. Функциональный контроль и принципы оценки тренированности в спорте / Н. И. Волков, Т. В. Гавриш, И. В. Гавриш. – Челябинск: ЧГПУ, 1998. – 227 с.
4. Зациорский В. М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания / В. М. Зациорский. – [3-е изд.]. – Москва: Советский спорт, 2009. – 199 с.
5. Матвеев Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов / Л. П. Матвеев. – К.: Олимпийская литература, 1999. – 320с.
6. Матвеев Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты / Л.П. Матвеев. – М. : Известия, 2001. – 333 с.
7. Платонов В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте: учебник для студентов вузов физической культуры / В. Н. Платонов. – Киев: Олимпийская литература, 1997. – 584 с.
8. Платонов В. Н. Подготовка квалифицированных спортсменов / В. Н. Платонов. – М. : Физкультура и спорт, 1986. – 286 с.
9. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / В. Н. Платонов. – Киев: Олимпийская литература, 2015. – 680 с.

Тема 2. Зв'язок відбору та орієнтації з етапами багаторічної підготовки

План

1. Первинний відбір і орієнтація в процесі багаторічної підготовки.
2. Попередній відбір і орієнтація в процесі багаторічної підготовки.
3. Проміжний відбір і орієнтація в процесі багаторічної підготовки.
4. Основний відбір і орієнтація в процесі багаторічної підготовки.
5. Заключний відбір і орієнтація в процесі багаторічної підготовки.

Контрольні питання:

1. Характеристика педагогічних критеріїв спортивного відбору?
2. Аналіз медико-біологічних критеріїв спортивного відбору?
3. Що входить до психологічних критеріїв спортивного відбору?

Література:

1. Верхошанский Ю. В. Основы специальной физической подготовки / Ю.В. Верхошанский. – М. : Физкультура и спорт, 1988. – 333 с.
2. Виноградова О. Л. Оптимизация процесса физической тренировки: разработка новых «щадящих» подходов к тренировке силовых возможностей / О. Л. Виноградова, Д. В. Попов и др. // Физиология человека. – 2013. – Т. 39, № 5. – С. 71–85.
3. Волков Н. И. Функциональный контроль и принципы оценки тренированности в спорте / Н. И. Волков, Т. В. Гавриш, И. В. Гавриш. – Челябинск: ЧГПУ, 1998. – 227 с.
4. Зацюрский В. М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания / В. М. Зацюрский. – [3-е изд.]. – Москва: Советский спорт, 2009. – 199 с.
5. Матвеев Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов / Л. П. Матвеев. – К.: Олимпийская литература, 1999. – 320с.
6. Матвеев Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты / Л.П. Матвеев. – М. : Известия, 2001. – 333 с.
7. Платонов В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте: учебник для студентов вузов физической культуры / В. Н. Платонов. – Киев: Олимпийская литература, 1997. – 584 с.

Тема 3. Критерії відбору в різних видах спорту.

План

1. Особливості відбору та орієнтації для занять швидко-силовими видами спорту.
2. Особливості відбору та орієнтації для занять циклічними видами спорту.
3. Особливості відбору та орієнтації в ігрових видах спорту.
4. Особливості відбору та орієнтації для занять єдиноборствами.

Контрольні питання:

1. Дайте зразкові критерії оцінок задатків в видах єдиноборств.
2. Дайте критерії оцінок якостей в швидко-силових видах спорту.
3. Традиційні методи визначення функціональних особливостей спортсменів в різних видах спорту.
4. Назвіть класифікацію особистісних мотивів при виборі виду спортивної діяльності і дайте коротку характеристику їм.

Література:

1. Верхошанский Ю. В. Основы специальной физической подготовки / Ю.В. Верхошанский. – М. : Физкультура и спорт, 1988. – 333 с.
2. Виноградова О. Л. Оптимизация процесса физической тренировки: разработка новых «щадящих» подходов к тренировке силовых возможностей / О. Л. Виноградова, Д. В. Попов и др. // Физиология человека. – 2013. – Т. 39, № 5. – С. 71–85.
3. Волков Н. И. Функциональный контроль и принципы оценки тренированности в спорте / Н. И. Волков, Т. В. Гавриш, И. В. Гавриш. – Челябинск: ЧГПУ, 1998. – 227 с.
4. Зациорский В. М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания / В. М. Зациорский. – [3-е изд.]. – Москва: Советский спорт, 2009. – 199 с.
5. Матвеев Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов / Л. П. Матвеев. – К.: Олимпийская литература, 1999. – 320с.
6. Матвеев Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты / Л.П. Матвеев. – М. : Известия, 2001. – 333 с.
7. Платонов В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте: учебник для студентов вузов физической культуры / В. Н. Платонов. – Киев: Олимпийская литература, 1997. – 584 с.

Кредит 2. Основи управління в системі підготовки спортсменів.

Тема 4. Етапне управління

План

1. Цілі та завдання етапного управління.
2. Фактори які визначають ефективність етапного управління.
3. Розробка моделей змагальної діяльності та підготовленості на даному етапі удосконалення.

Контрольні питання:

1. Які в управлінні виділяють основні складові?
2. Перерахуйте особливості управління в спорті.
3. Обґрунтуйте інформаційне забезпечення управлінських рішень.

Література:

1. Верхошанский Ю. В. Основы специальной физической подготовки / Ю.В. Верхошанский. – М. : Физкультура и спорт, 1988. – 333 с.
2. Виноградова О. Л. Оптимизация процесса физической тренировки: разработка новых «щадящих» подходов к тренировке силовых возможностей / О. Л. Виноградова, Д. В. Попов и др. // Физиология человека. – 2013. – Т. 39, № 5. – С. 71–85.
3. Волков Н. И. Функциональный контроль и принципы оценки тренированности в спорте / Н. И. Волков, Т. В. Гавриш, И. В. Гавриш. – Челябинск: ЧГПУ, 1998. – 227 с.
4. Зациорский В. М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания / В. М. Зациорский. – [3-е изд.]. – Москва: Советский спорт, 2009. – 199 с.
5. Матвеев Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов / Л. П. Матвеев. – К.: Олимпийская литература, 1999. – 320с.

6. Матвеев Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты / Л.П. Матвеев. – М. : Известия, 2001. – 333 с.
7. Платонов В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте: учебник для студентов вузов физической культуры / В. Н. Платонов. – Киев: Олимпийская литература, 1997. – 584 с.
8. Платонов В. Н. Подготовка квалифицированных спортсменов / В. Н. Платонов. – М. : Физкультура и спорт, 1986. – 286 с.

Тема 5. Поточне управління.

План

1. Цілі та завдання поточного управління.
2. Умови для повноцінної адаптації організму спортсмена в потрібному напрямку.
3. Шляхи реалізації можливостей поточного управління.

Контрольні питання:

1. Опишіть види та зміст процесів управління?
2. Планування у системі управління.
3. Критерії планування.

Література:

1. Верхошанский Ю. В. Основы специальной физической подготовки / Ю.В. Верхошанский. – М. : Физкультура и спорт, 1988. – 333 с.
2. Виноградова О. Л. Оптимизация процесса физической тренировки: разработка новых «щадящих» подходов к тренировке силовых возможностей / О. Л. Виноградова, Д. В. Попов и др. // Физиология человека. – 2013. – Т. 39, № 5. – С. 71–85.
3. Волков Н. И. Функциональный контроль и принципы оценки тренированности в спорте / Н. И. Волков, Т. В. Гавриш, И. В. Гавриш. – Челябинск: ЧГПУ, 1998. – 227 с.
4. Зациорский В. М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания / В. М. Зациорский. – [3-е изд.]. – Москва: Советский спорт, 2009. – 199 с.
5. Матвеев Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов / Л. П. Матвеев. – К.: Олимпийская литература, 1999. – 320с.
6. Матвеев Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты / Л.П. Матвеев. – М. : Известия, 2001. – 333 с.
7. Платонов В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте: учебник для студентов вузов физической культуры / В. Н. Платонов. – Киев: Олимпийская литература, 1997. – 584 с.
8. Платонов В. Н. Подготовка квалифицированных спортсменов / В. Н. Платонов. – М. : Физкультура и спорт, 1986. – 286 с.

Тема 6. Оперативне управління

План

1. Цілі та завдання оперативного управління.
2. Дайте порівняльну характеристику оперативного управління та оперативного контролю.
3. У кожному виді спорту є власна система оперативного управління. Яка її характеристика.

Контрольні питання:

1. Обґрунтуйте систему оперативного управління різних видів спорту.
2. Опишіть види та зміст процесів управління?

Література:

1. Верхошанский Ю. В. Основы специальной физической подготовки / Ю.В. Верхошанский. – М. : Физкультура и спорт, 1988. – 333 с.
2. Виноградова О. Л. Оптимизация процесса физической тренировки: разработка новых «щадящих» подходов к тренировке силовых возможностей / О. Л. Виноградова, Д. В. Попов и др. // Физиология человека. – 2013. – Т. 39, № 5. – С. 71–85.
3. Волков Н. И. Функциональный контроль и принципы оценки тренированности в спорте / Н. И. Волков, Т. В. Гавриш, И. В. Гавриш. – Челябинск: ЧГПУ, 1998. – 227 с.
4. Зациорский В. М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания / В. М. Зациорский. – [3-е изд.]. – Москва: Советский спорт, 2009. – 199 с.
5. Матвеев Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов / Л. П. Матвеев. – К.: Олимпийская литература, 1999. – 320с.
6. Матвеев Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты / Л.П. Матвеев. – М. : Известия, 2001. – 333 с.
7. Платонов В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте: учебник для студентов вузов физической культуры / В. Н. Платонов. – Киев: Олимпийская литература, 1997. – 584 с.
8. Платонов В. Н. Подготовка квалифицированных спортсменов / В. Н. Платонов. – М. : Физкультура и спорт, 1986. – 286 с.

Кредит 3. Моделивання в системі підготовки спортсменів.

Тема 4. Основи моделювання в спорті.

План

- 1.«Модель» та «моделювання» визначення та функції.
2. Функції, та характер при вирішенні завдань теорії і практики спорту.
3. Групи моделей які використовуються в спорті.
4. Структура узагальнених моделей.
5. Особливість побудови групових моделей.
6. Функції індивідуальних моделей.

Контрольні питання

1. На які дві групи діляться моделі в спорті?
2. Назвіть різновиди моделей які класифікують в теорії спорту.
3. Дайте характеристику моделей змагальної діяльності

Література:

1. Верхошанский Ю. В. Основы специальной физической подготовки / Ю.В. Верхошанский. – М. : Физкультура и спорт, 1988. – 333 с.
2. Виноградова О. Л. Оптимизация процесса физической тренировки: разработка новых «щадящих» подходов к тренировке силовых возможностей / О. Л. Виноградова, Д. В. Попов и др. // Физиология человека. – 2013. – Т. 39, № 5. – С. 71–85.

3. Волков Н. И. Функциональный контроль и принципы оценки тренированности в спорте / Н. И. Волков, Т. В. Гавриш, И. В. Гавриш. – Челябинск: ЧГПУ, 1998. – 227 с.
4. Зациорский В. М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания / В. М. Зациорский. – [3-е изд.]. – Москва: Советский спорт, 2009. – 199 с.
5. Матвеев Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов / Л. П. Матвеев. – К.: Олимпийская литература, 1999. – 320с.
6. Матвеев Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты / Л.П. Матвеев. – М. : Известия, 2001. – 333 с.
7. Платонов В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте: учебник для студентов вузов физической культуры / В. Н. Платонов. – Киев: Олимпийская литература, 1997. – 584 с.

Тема 5. Моделивання змагальної діяльності і підготовленості в залежності від індивідуальних особливостей спортсменів.

План

1. Показники морфо-функціональних моделей.
2. Моделивання змагальної діяльності і підготовленості в залежності від індивідуальних особливостей спортсменів.
3. Моделі змагальної діяльності і підготовленості в залежності від індивідуальних особливостей спортсменів єдиноборців.
4. Моделі змагальної діяльності і підготовленості в залежності від індивідуальних особливостей спортсменів циклічних видів спорту.
5. Моделі змагальної діяльності і підготовленості в залежності від індивідуальних особливостей спортсменів ігрових видів спорту.

Література:

1. Верхошанский Ю. В. Основы специальной физической подготовки / Ю.В. Верхошанский. – М. : Физкультура и спорт, 1988. – 333 с.
2. Виноградова О. Л. Оптимизация процесса физической тренировки: разработка новых «щадящих» подходов к тренировке силовых возможностей / О. Л. Виноградова, Д. В. Попов и др. // Физиология человека. – 2013. – Т. 39, № 5. – С. 71–85.
3. Волков Н. И. Функциональный контроль и принципы оценки тренированности в спорте / Н. И. Волков, Т. В. Гавриш, И. В. Гавриш. – Челябинск: ЧГПУ, 1998. – 227 с.
4. Зациорский В. М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания / В. М. Зациорский. – [3-е изд.]. – Москва: Советский спорт, 2009. – 199 с.
5. Матвеев Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов / Л. П. Матвеев. – К.: Олимпийская литература, 1999. – 320с.

Кредит 4. Прогнозування в системі підготовки спортсменів.

Тема 9. Основи прогнозування в спорті.

Короткострокове і середньострокове прогнозування.

План

1. Задачі прогнозування в спорті.
2. Класифікація прогнозування.
3. Короткострокове прогнозування пов'язано з вирішенням певних оперативних завдань.
4. Короткострокове прогнозування у змагальній діяльності.

Контрольні питання

1. У громадських науках короткострокове прогнозування охоплює проміжок. Який?
2. В спорті, з урахуванням його специфіки та характеру розв'язуваних задач, короткострокове прогнозування складає?
3. Прогнозування техніко-тактичні схеми команд суперника.

Література:

1. Верхошанский Ю. В. Основы специальной физической подготовки / Ю.В. Верхошанский. – М. : Физкультура и спорт, 1988. – 333 с.
2. Виноградова О. Л. Оптимизация процесса физической тренировки: разработка новых «щадящих» подходов к тренировке силовых возможностей / О. Л. Виноградова, Д. В. Попов и др. // Физиология человека. – 2013. – Т. 39, № 5. – С. 71–85.
3. Волков Н. И. Функциональный контроль и принципы оценки тренированности в спорте / Н. И. Волков, Т. В. Гавриш, И. В. Гавриш. – Челябинск: ЧГПУ, 1998. – 227 с.
4. Зациорский В. М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания / В. М. Зациорский. – [3-е изд.]. – Москва: Советский спорт, 2009. – 199 с.
5. Матвеев Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов / Л. П. Матвеев. – К.: Олимпийская литература, 1999. – 320с.

Тема 10. Довгострокове і наддовгострокове прогнозування.

План

1. Довгострокове прогнозування і процес спортивного відбору.
2. Значення прогнозів у зв'язку з вирішенням наступних завдань.
3. Прогнозування та вибір оптимальної тактики і техніки.
4. Наддовгострокове прогнозування спрямоване на виявлення загальних тенденцій розвитку спорту в світі.

Контрольні питання

1. Чи дозволить прогнозування в зазначених напрямках - ефективно розвивати спорт в країні і її різних регіонах?
2. Прогнозування техніко-тактичні схеми команд суперника.
3. Дайте визначення основних факторів які впливають на довгострокове і наддовгострокове прогнозування у процесі побудови тренувальних моделей.

Література:

1. Верхошанский Ю. В. Основы специальной физической подготовки / Ю.В. Верхошанский. – М. : Физкультура и спорт, 1988. – 333 с.
2. Виноградова О. Л. Оптимизация процесса физической тренировки: разработка новых «щадящих» подходов к тренировке силовых возможностей / О. Л. Виноградова, Д. В. Попов и др. // Физиология человека. – 2013. – Т. 39, № 5. – С. 71–85.
3. Волков Н. И. Функциональный контроль и принципы оценки тренированности в спорте / Н. И. Волков, Т. В. Гавриш, И. В. Гавриш. – Челябинск: ЧГПУ, 1998. – 227 с.
4. Зациорский В. М. Физические качества спортсмена: основы теории и методики воспитания / В. М. Зациорский. – [3-е изд.]. – Москва: Советский спорт, 2009. – 199 с.
5. Матвеев Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов / Л. П. Матвеев. – К.: Олимпийская литература, 1999. – 320с.
6. Матвеев Л. П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты / Л.П. Матвеев. – М. : Известия, 2001. – 333 с.
7. Платонов В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте: учебник для студентов вузов физической культуры / В. Н. Платонов. – Киев: Олимпийская литература, 1997. – 584 с.