

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МИКОЛАЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ В. О. СУХОМЛИНСЬКОГО**

**Факультет фізичної культури та спорту
Кафедра теорії та методики фізичної культури**



ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор із науково-педагогічної
роботи _____ О. А. Кузнецова

27 серпня 2019 р.

**ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
ТЕОРІЯ СПОРТИВНОГО ВІДБОРУ**

Ступінь магістра

Галузь знань 01 Освіта / Педагогіка

спеціальність 014 «Середня освіта»

014.11 Середня освіта (Фізична культура)

Миколаїв – 2019

РОЗРОБЛЕНО ТА ВНЕСЕНО: Миколаївський національний університет
імені В. О. Сухомлинського

Розробник: Лісенчук Геннадій Анатолійович, професор кафедри теорії та
методики фізичної культури, доктор наук з фізичного виховання і спорту,
професор.

Програму схвалено на засіданні кафедри теорії та методики фізичної
культури

Протокол від « 27 » серпня 2019 року № 1

Завідувач кафедри теорії та методики

фізичної культури  (Литвиненко О. М.)


Програму погоджено навчально-методичною комісією факультету фізичної
культури та спорту

Протокол від «27» серпня 2019 р. № 1

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

Програму погоджено навчально-методичною комісією університету

Протокол від «27» серпня 2019 р. № 14

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

ВСТУП

Програма вивчення нормативної навчальної дисципліни «Теорія спортивного відбору» складена Лісенчуком Г. А. відповідно до спеціальності (спеціалізації) 014.11 Середня освіта (Фізична культура).

Дисципліна «Теорія спортивного відбору» профілююча дисципліна в навчальному плані підготовки магістрів. Теорія спортивного відбору є інтегративною наукою і навчальною дисципліною.

Предметом вивчення навчальної дисципліни «Теорія спортивного відбору» є загальні закономірності спортивного відбору, моделювання та прогнозування тренувального процесу спортсменів високих розрядів.

Міждисциплінарні зв'язки: педагогіка, психологія, спортивні ігри та методика викладання, гімнастика та методика викладання, фізіологія людини, олімпійський та професійний спорт.

1. Мета та завдання навчальної дисципліни

1.1. Метою викладання дисципліни «Теорія спортивного відбору» є формування у студентів конкретних знань і умінь, необхідних для успішної практичної діяльності з фізичного виховання, в умовах інтенсифікації фізичних навантажень, ранньої спеціалізації і омолодження спорту в цілому знову зростає роль відбору в спорті, за допомогою якого виявляються здібності дітей, підлітків та юнаків для спеціалізації в певному виді спорту або в групі видів спорту, впровадження здорового способу життя і позакласної роботи згідно навчальних програм і закону України «Про фізичну культуру і спорт».

1.2. Основними завданнями вивчення дисципліни «Теорія спортивного відбору» є:

Освітні завдання:

- формування основ теоретичних знань для подальшого засвоєння методики фізичного виховання та спортивного відбору;
- поглиблене вивчення специфіки відбору за видами спорту;
- освоєння способів і засобів проведення спортивного відбору і прогнозування спортивних досягнень;
- вивчення основ відбору та прогнозування вищих спортивних досягнень;
- ознайомлення з основами моделювання спортивних досягнень.

Виховні завдання:

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

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

Загальні компетенції (ЗК):

ЗК-6. Здатність формувати ресурсно-інформаційні бази для здійснення практичної діяльності в різних сферах

ЗК-7. Здатність самостійно здобувати й використовувати, у тому числі за допомогою інформаційних технологій, нові знання й уміння, безпосередньо не пов'язані зі сферою професійної діяльності

фахові компетентності спеціальності (ФК)

ФК 1. Здатність до ділових комунікацій у професійній сфері, знання основ ділового спілкування; здійснювати професійну комунікацію в усній і письмовій формах українською та іноземною мовами для вирішення завдань професійної діяльності.

ФК 2. Здатність використовувати знання сучасних проблем науки й освіти під час вирішенні професійних завдань;

ФК 3. Здатність здійснювати професійну й особистісну самоосвіту, проектувати подальші освітні маршрути й професійну кар'єру.

ФК 4. Застосовувати сучасні методики й технології організації освітньої діяльності, діагностики й оцінювання якості освітнього процесу з різних освітніх програм.

ФК 5. Готовність до розробки й реалізації методичних моделей, методики, технологій і прийомів навчання, до аналізу результатів процесу їхнього використання в організаціях, що здійснюють освітню діяльність.

ФК 6. Готовність до систематизації, узагальнення й поширення вітчизняного й закордонного методичного досвіду в професійній області.

ФК 7. Здатність виконувати наукові дослідження й використати їхні результати з метою підвищення ефективності тренувального процесу.

ФК 8. Здатність розробляти цільові тренувальні програми й плани підготовки спортсменів різної кваліфікації.

ФК 9. Здатність розробляти плани, програми й методики проведення досліджень в області фізичної культури й спорту, самостійно здійснювати наукове дослідження.

ФК 10. Здатність аналізувати й проектувати на сучасному рівні освітній процес, науково-дослідну, організаційно-управлінську, спортивну, фізкультурно-оздоровчу діяльність, у тому числі в умовах інклюзивної освіти.

ФК 11. Здатність проектувати форми й методи контролю якості освіти, різні види контрольно-вимірjuвальних матеріалів, у тому числі з використанням інформаційних технологій з врахуванням вітчизняного й закордонного досвіду в сфері фізичної культури й спорту.

програмні результати навчання (ПРН)

ПРН 3. Демонструє уміння планувати, чітко формулювати цілі, застосовувати різноманітні методики, технології, які сприятимуть ефективній організації навчально-виховного процесу.

ПРН 7. Здатен приймати рішення в складних і непередбачуваних умовах, що потребує застосування нових підходів та прогнозування.

ПРН 8. Демонструє уміння у розробці навчально-методичних матеріалів (робочих програм, навчально-тематичних планів) на основі освітнього стандарту та зразкових програм з урахуванням виду освітньої установи, особливостей класу / групи та окремих учнів.

ПРН 10. Здатний до професійної самоосвіти, особистісного зростання, проектування подальших освітніх траєкторій

ПРН 11. Вміє аналізувати, систематизувати та узагальнювати результати наукових досліджень у сфері освіти.

ПРН 13. Здатний аналізувати, систематизувати та узагальнювати результати наукових досліджень у сфері вищої освіти.

ПРН 16. Володіти методиками навчання руховим діям та розвитку фізичних якостей студентів; працювати з документами планування (навчальний план, навчальна програма, робоча програма та ін.).

ПРН 17. Використовувати в професійній діяльності актуальні прийоми навчання і виховання, різноманітні форми комунікації і активізації учнів в процесі занять фізичним вихованням.

ПРН 18. 1. Виконувати інформаційний пошук першоджерел і наукової та навчальної літератури з розглядуваної проблеми в бібліотеках з відкритим доступом та комп'ютерних мережах.

4) У процесі вивчення курсу майбутні фахівці повинні

знати:

- вихідні поняття теорії спортивного відбору;
- основи методу спортивного відбору;
- теоретико-методичну базу загальних закономірностей і ознак розвитку;
- науково-дослідні дані, що послужили створенню сучасної системи відбору.

вміти:

- використовувати результати досліджень для оцінки особистості спортсмена, його морфо-функціональних ознак і рухових здібностей;
- виділяти необхідні методики для вирішення поставленого завдання з численних досліджень по проблемі відбору та спортивної орієнтації.
- здійснювати консультаційну діяльність з питань орієнтації і відбору виходячи з індивідуальних особливостей контингенту;
- опанувати новими, по відношенню до отриманого в вузі освіти, видами фізкультурно-спортивної діяльності в процесі самоосвіти і самовдосконалення;

володіти:

- основними методами спортивного відбору, прогнозування та моделювання високих спортивних результатів.

На вивчення навчальної дисципліни «Теорія спортивного відбору» денної та заочно форми навчання відводиться 120 годин (4 кредитів за ЄКТС).

2. Інформаційний обсяг навчальної дисципліни

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

Тема 1. Основи спортивного відбору.

Поняття спортивного відбору. Основні параметри відбору. Сутність відбору. Завдання відбору. Проблема відбору та комплектування команди в ІТТ Проблема психо-сомато-фізіологічної сумісності спортсменів. Спортивна селекція як відбір і комплектування збірних команд. Психофізіологічний клімат команди, збірної.

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

Рівень результатів в сучасному спорті настільки високий, що для її досягнення спортсмену необхідно володіти рідкісними морфологічними даними, унікальним поєднанням комплексу фізичних якостей і психічних здібностей, які перебувають на гранично високому рівні розвитку. Тому однією з центральних в системі підготовки спортсменів вищої кваліфікації є проблема спортивного відбору і орієнтації під готування спортсменів.

Спортивний відбір - процес пошуку найбільш обдарованих людей, здатних досягти високих результатів у конкретному виді спорту.

Спортивна орієнтація - визначення пров перспективного напрямів досягнення вищої спортивної майстерності, засноване на вивченні задатків і здібностей спортсменів, індивідуальних особливостей формування їх майстерства.

Тема 3. Критерії відбору в різних видах спорту.

Біологічний і паспортний вік спортсмена. Методи і принципи спортивного відбору. Педагогічні, соціологічні, психологічні, медико-біологічні методи. Принцип стабільності результатів, принцип систематичності і результативності, принципи індивідуальності. Спортивна орієнтація та здібності. Спадковість і спортивна придатність. Спадковість морфологічних ознак. Спортивна обдарованість.

Кредит 2. Основи управління в системі підготовки спортсменів.

Тема 4. Етапне управління.

Етапне управління передбачає таку побудову процесу підготовки у великих структурних утвореннях, яке забезпечувало б досягнення цілей і вирішення основних завдань конкретного елемента макроструктури - етапу багатолітньої підготовки, окремого роду підготовки, макроциклу, періоду або етапу.

Ефективність етапного управління в найбільш загальному вигляді визначається наступними факторами:

- ◆ наявністю чітких уявлень про рівень тренуваності і підготовленості, якого повинен досягти спортсмен в кінці конкретного елемента макроструктури;
- ◆ відбором і раціональним використанням у часу засобів і методів вирішення завдань фізичних, техніко-тактичної та психологічної підготовки;
- ◆ наявністю об'єктивної системи контролю за ефективністю процесу підготовки та його корекції.

Тема 5. Поточне управління.

Даний вид управління пов'язаний з оптимізацією структури тренувального процесу в мікроциклах, мезоциклах, а також окремих змагань або їх серії. Поточне управління передбачає розробку і реалізацію таких поєднань факторів тренувальної дії, змагальних стартів, днів відпочинку, засобів направленої відновлення і стимуляції працездатності та ін., які забезпечували б ефектні умови для повноцінної адаптації організму спортсмена в потрібному напрямку, прояви наявних можливостей в

змаганнях.

Тема 6. Оперативне управління.

Оперативне управління передбачає досягнення заданих характеристик рухових дій, реакцій функціональних систем організму при виконанні окремих тренувальних вправ і їх комплексів, в змагальних стартових, поєдинках. Даний вид управління пов'язаний з використанням показників, складових засобів оперативного контролю.

Кредит 3. Моделювання в системі підготовки спортсменів.

Тема 4. Основи моделювання в спорті.

Загальні положення. Моделі змагальної діяльності. Моделі підготовленості. Морфофункціональні моделі. Моделювання змагальної діяльності та підготовленості в залежності від індивідуальних особливостей спортсменів. Перспективні напрямки наукових досліджень у галузі моделювання в спорті.

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

Ефективність використання узагальнених і групових моделей для орієнтації і корекції тренувального процесу особливо висока при підготовці юних спортсменів, а також дорослих спортсменів, які не досягли вершин спортивного майстерності. Використання узагальнених моделей спортсменами високого класу менш ефективні, так як навіть у найвидатніших спортсменів часто є кілька виключно сильних сторін підготовленості при досить пересічному рівні розвитку інших її компонентів.

Кредит 4. Прогнозування в системі підготовки спортсменів.

Тема 9. Основи прогнозування в спорті. Короткострокове і середньострокове прогнозування.

Сутність і загальна характеристика прогнозування і проектування спортивної підготовки. Ієрархічні ряди цілей і прогнозів процесу спортивної підготовки, відбору та прогнозування. Прогноз виступу на змаганнях. Прогноз фізичної підготовленості. Методика складання прогнозу. Короткострокові і середньострокові прогнози фізичної підготовленості, виступи на змаганнях. Коректність складання прогнозу. Форми обліку спортивних досягнень. Щоденник спортсмена.

Тема 10. Довгострокове і наддовгострокове прогнозування.

Довгострокове прогнозування направлено на оптимізації процесу спортивного відбору, підготовки та участі в змаганнях протягом відносно тривалого часу - від 1 - 2 до 3- 4 років. Особливого значення такий прогноз набуває в зв'язку з вирішенням наступних завдань:

- відбору спортсменів, здатних добиватися високих показників в різних видах спорту;
- орієнтації спортсменів на досягнення високих результатів в тій або іншій дисципліні конкретного виду, вибір ігрового амплуа (в іграх), перспективної

техніко-тактичної моделі змагальної діяльності, що спирається на максимальне використання індивідуальних можливостей спортсменів;

• визначення оптимальної структури тренувального процесу, динаміки навантажень, найбільш ймовірного розвитку підготовленості, формування різних компонентів спортивного майстерства.

3. Рекомендована література

Основна

1. Волков Л.В. Теорія і методика дитячого та юнацького спорту : підручник. Вид. 2-е, пер. і доп. Київ : Освіта України, 2016. 464 с.
2. Сергієнко Л. П. Спортивний відбір: теорія та практика : підручник : у 2-х кн. / Л. П. Сергієнко. Т. : Навчальна книга. Богдан, 2016. Кн. 1. 672 с.
3. Сергієнко Л. П. Спортивний відбір: теорія та практика : підручник : у 2-х кн. / Л. П. Сергієнко. Т. : Навчальна книга. Богдан, 2016. Кн. 2. 784 с.
4. Сергієнко Л. П. Теорія та методика дитячого та юнацького спорту : підручник. Київ : Кондор, 2016. 540 с.

Допоміжна

1. Csajági E. Comparison of left and right ventricular adaptation in endurance-trained male athletes / E. Csajági, Z. Major, Z. Kneffel, T. Kováts, I. Szauder, Z. Sidó, G. Pavlik // Acta Physiologica Hungarica. – 2015. – № 120 (1). – P. 23–33.
2. Di Blasio A. Acute and delayed effects of high-intensity interval resistance training organization on cortisol and testosterone production / A. Di Blasio, P. Izzicupo, L. Tacconi, S. Di Santo, M. Leogrande, I. Bucci, P. Ripari, A. Di Baldassarre, G. Napolitano // J Sports Med Phys Fitness. – 2014. – № 6. – P. 685–689.

Інформаційні ресурси

1. <https://www.researchgate.net>
2. <https://works.doklad.ru>

4. Форма підсумкового контролю успішності навчання:

3 семестр – іспит.

5. Засоби діагностики успішності навчання:

Діагностичний розділ визначає диференційований та об'єктивний облік результатів навчальної діяльності студентів і включає в себе ряд підрозділів (блоків):

- а) контроль засвоєння теоретичних знань;
- б) контроль самостійної роботи студентів;
- в) реферування або створення презентації;
- г) контрольні роботи;