

ЗАТВЕРДЖЕНО

Наказ Міністерства освіти і науки,
молоді та спорту України
29 березня 2012 року № 384

Форма № Н - 3.04

ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Кафедра теоретико-методичних основ спорту

“ЗАТВЕРДЖУЮ”

Проректор (заступник директора)
з навчальної роботи

“ _____ ” _____ 20__ року

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

“ СПОРТ ВИЩИХ ДОСЯГНЕНЬ ”

(шифр і назва навчальної дисципліни)

напрямок підготовки _____ 7.01020201- «Спорт (за видами діяльності)» _____

(шифр і назва напрямку підготовки)

спеціальність _____ 7.01020201 - «Спорт (за видами діяльності)» _____

(шифр і назва спеціальності)

спеціалізація _____

(назва спеціалізації)

інститут, факультет, відділення _____ факультетів спорту та підвищення кваліфікації,
перепідготовки та заочної освіти _____

(назва інституту, факультету, відділення)

Львів
2013 – 2014 рік

Робоча програма дисципліни «Спорт вищих досягнень» для студентів за напрямом підготовки 7.01020201 «Спорт (за видами діяльності)», спеціальністю 7.01020201 «Спорт (за видами діяльності)» „___” _____, 20__ року – ІХ-Хс. (денна форма навчання), ХІ-ХІІІ с. (заочна форма навчання).

Розробники: Хіменес Х.Р. – викладач

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри теоретико-методичних основ спорту

Протокол від. “___” _____ 20__ року № ___

Завідувач кафедри теоретико-методичних основ спорту _____ Бріскін Ю. А.
“___” _____ 20__ року

Схвалено методичною комісією вищого навчального закладу за напрямом підготовки (спеціальністю) _____

(шифр, назва)

Протокол від. “___” _____ 20__ року № ___

“___” _____ 20__ року Голова _____

© _____, 20__ рік

© _____, 20__ рік

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 5 (денна); 5 (заочна)	Галузь знань 0102 – Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини	Нормативна	
	Напрямок підготовки 7.01020201 – Спорт (за видами діяльності)		
Модулів – 2	Спеціальність: 7.01020201 – Спорт (за видами діяльності)	Рік підготовки:	
Змістових модулів – 4		5-й	6-7-й
Загальна кількість годин: 180 (денна), 180 (заочна)		Семестр	
		IX-X-й	XI-XIII-й
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 4 самостійної роботи студента - 4	Освітньо-кваліфікаційний рівень: «спеціаліст»	Лекції	
		26 год.	26 год.
		Практичні, семінарські	
		78 год.	24 год.
		Лабораторні	
		-	-
		Самостійна робота	
76 год.	130 год.		
		Вид контролю: денна форма – екзамен (IX семестр), залік (X семестр); заочна форма – залік (XI семестр), екзамен (XIII семестр)	

Примітка.

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

для денної форми навчання – 104/76

для заочної форми навчання – 50/130

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою навчальної дисципліни «Спорт вищих досягнень» в системі підготовки є узагальнює специфічні для спортивно-педагогічних, психолого-педагогічних та медико-біологічних дисциплін теоретико-методичні знання щодо побудови системи багаторічної підготовки кваліфікованих спортсменів та їх фізичної і соціальної реабілітації після припинення занять спортом вищих досягнень.

Завданнями дисципліни “Спорт вищих досягнень” є формування професійних знань щодо системи багаторічної підготовки спортсменів; обґрунтування поділу багаторічної підготовки спортсменів на етапи; особливості фізичної, технічної, тактичної та психічної підготовки; проблем спортивного відбору в процесі багаторічної підготовки спортсменів; методичних та теоретичних проблем прогнозування в спорті; системного та комплексного підходу у прогнозуванні у спортивній діяльності.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен

знати:

прогнозування та моделювання в спорті; проблеми побудови системи багаторічної підготовки спортсменів; ефективних засобів і методів підготовки спортсменів на різних етапах багаторічного тренування; спортивного відбору в процесі багаторічної підготовки.

вміти:

визначити оптимальні вікові та часові межі етапів багаторічної підготовки спортсменів; складати поточні та перспективні плани підготовки спортсменів; здійснювати спортивну орієнтацію, відбір та селекцію спортсменів у системі багаторічної підготовки на основі прогнозування здібностей, моделювання та програмування підготовки спортсменів.

3. Програма навчальної дисципліни

Модуль 1.

Змістовий модуль 1. Багаторічна підготовка спортсменів

Лекція 1-2.

Тема 1. Система багаторічної підготовки спортсменів

1. Визначення поняття "система".
2. Загальна структура багаторічної підготовки і чинники, що її визначають.
3. Проблема розподілу багаторічного тренувального процесу на етапи.

Лекція 3-6.

Тема 2. Етапи багаторічної підготовки спортсменів

1. Мета і завдання етапу початкової підготовки його місце і значення в системі багаторічної підготовки спортсменів.
2. Мета і завдання етапу попередньої базової підготовки, його місце і значення в системі багаторічної підготовки спортсменів.

3. Мета і завдання етапу спеціалізованої базової підготовки, його місце і значення в системі багаторічної підготовки спортсменів.
4. Мета і завдання етапу підготовки до вищих досягнень, його місце і значення в системі багаторічної підготовки спортсменів
5. Мета і завдання етапу максимальної реалізації індивідуальних можливостей.
6. Мета і завдання етапу збереження високих досягнень.
7. Мета і завдання етапу поступового зниження досягнень та етапу виходу із спорту вищих досягнень.

Лекція 7.

Тема 3. Спортивний відбір в системі багаторічної підготовки спортсменів

1. Обґрунтування поняття "спортивна обдарованість".
2. Критерії відбору для занять спортом.
3. Мета, завдання та зміст спортивної орієнтації.

Змістовий модуль 2. Контроль, прогнозування та моделювання в спорті

Лекція 8-9.

Тема 4. Основи управління в системі підготовки спортсменів.

1. Мета, об'єкт і види управління.
2. Етапне управління.
3. Поточне управління.
4. Оперативне управління.

Лекція 10-11.

Тема 5. Контроль в спортивному тренуванні.

1. Мета, об'єкт і види контролю.
2. Вимоги до показників, що використовуються для контролю.
3. Контроль фізичної підготовленості.
4. Контроль технічної підготовленості.
5. Контроль тактичної підготовленості.
6. Контроль психічної підготовленості.
7. Контроль змагальної діяльності.
8. Контроль тренувальних і змагальних навантажень.

Лекція 12.

Тема 6. Методичні та теоретичні основи прогнозування в спорті

1. Прогнозування в спорті.
2. Методи прогнозування.
3. Короткострокове і середньострокове прогнозування.
4. Довгострокове і над довгострокове прогнозування.

Лекція 13.

Тема 7. Моделювання і програмування підготовки спортсменів

1. Моделювання в спорті.
2. Основи моделювання в спорті.
3. Моделі змагальної діяльності.
4. Моделі підготовленості.
5. Морфо-функціональні моделі.
6. Моделювання змагальної діяльності і підготованості в залежності від індивідуальних особливостей спортсменів.

Модуль 2

Змістовний модуль 1. Регіональна система управління спортом та практична діяльність з підготовки кваліфікованих спортсменів.

Тема 8. Організаційні аспекти роботи спортивних організацій

Організаційні аспекти роботи Львівської обласної школи вищої спортивної майстерності. Організаційні аспекти роботи Львівської спортивної дитячо-юнацької школи олімпійського резерву зі стрільби з лука. Організаційні аспекти роботи філії Національного олімпійського комітету України у Львівській області. Особливості організації та змісту і напрямків роботи управління спорту львівської обласної державної адміністрації та управління у справах сім'ї, молоді і спорту львівської міської ради.

Тема 9. Особливості організації та проведення тренувальних занять зі спортсменами високої кваліфікації.

Особливості організації та проведення тренувальних занять із спортсменами високої кваліфікації. Досвід побудови багаторічної системи підготовки кваліфікованих спортсменів провідних тренерів та функціонерів регіону. Організаційні аспекти та основні напрямки діяльності щодо підготовки спортсменів високої кваліфікації спортивних федерацій Львівщини. Організаційні аспекти та основні напрямки діяльності щодо підготовки спортсменів високої кваліфікації спортивних товариств Львівщини: ФСТ «Гарт», ФСТ «Колос», ФСТ «Україна» тощо.

Тема 10. Особливості системи функціонування армійського спорту.

Особливості системи підготовки кваліфікованих спортсменів в армійських спортивних клубах (на прикладі СКА № 8 міста Львова).

Тема 11. Особливості діяльності Галицького навчально-спортивного комплексу.

Організаційні аспекти та особливості діяльності Галицького навчально-спортивного комплексу (ЛДУФК-ЛУФК-ІФКФВС).

Тема 12. Особливості системи функціонування університетського спорту.

Зміст та основні напрямки підготовки кваліфікованих спортсменів в системі університетського спорту.

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.	
Модуль 1													
Змістовий модуль 1. Багаторічна підготовка спортсменів.													
Тема 1. Система багаторічної підготовки спортсменів.	14	4	4	-	-	6	14	4	4	-	-	6	
Тема 2. Етапи багаторічної підготовки спортсменів.	34	8	8	-	-	18	34	8	8	-	-	18	
Тема 3. Спортивний відбір в системі багаторічної підготовки спортсменів.	10	2	2	-	-	6	10	2	2	-	-	6	
Разом за змістовим модулем 1	58	14	14	-	-	30	58	14	14	-	-	30	
Змістовий модуль 2. Контроль, прогнозування та моделювання в спорті.													
Тема 4. Основи управління в системі підготовки спортсменів.	12	4	4	-	-	6	12	4	2	-	-	6	
Тема 5. Контроль в спортивному тренуванні.	10	4	4	-	-	6	14	4	4	-	-	6	
Тема 6. Методичні та теоретичні основи прогнозування в спорті.	6	2	2	-	-	4	8	2	2	-	-	4	
Тема 7. Моделювання і програмування підготовки спортсменів.	6	2	2	-	-	4	8	2	2	-	-	4	
Разом за змістовим модулем 2	44	12	12	-	-	20	42	12	10	-	-	20	
Модуль 2.													
Змістовий модуль 1. Регіональна система управління спортом та практична діяльність з підготовки кваліфікованих спортсменів.													
Тема 8. Організаційні аспекти роботи спортивних організацій	21	-	-	14	-	7	22	-	-	-	-	22	
Тема 9. Особливості організації та проведення тренувальних занять зі спортсменами високої кваліфікації.	30	-	-	20	-	10	30	-	-	-	-	30	
Тема 10. Особливості системи функціонування армійського спорту.	15	-	-	10	-	5	16	-	-	-	-	16	
Тема 11. Особливості діяльності Галицького навчально-спортивного комплексу.	6	-	-	4	-	2	6	-	-	-	-	6	
Тема 12. Особливості	6	-	-	4	-	2	6	-	-	-	-	6	

системи функціонування університетського спорту.												
Разом за змістовим модулем 1	78	-	-	52	-	26	80	-	-	-	-	80
Усього годин	180	26	26	52	-	76	180	26	24	-	-	130

5. Теми семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
Модуль 1			
1	Система багаторічної підготовки спортсменів	4	4
2	Етап початкової підготовки, попередньої базової підготовки та спеціальної базової підготовки.	4	4
3	Етап підготовки до вищих досягнень, максимальної реалізації індивідуальних можливостей та збереження вищої спортивної майстерності	2	2
4	Етапи поступового зниження досягнень та виходу із спорту вищих досягнень.	2	2
5	Спортивний відбір в системі багаторічної підготовки спортсменів	2	2
6	Основи управління в системі підготовки спортсменів.	4	2
7	Контроль в спортивному тренуванні.	4	4
8	Прогнозування в спорті	2	2
9	Моделювання в спорті.	2	2
	Разом:	26	24

6. Теми практичних занять

Модуль 2			
1	Організаційні аспекти роботи спортивних організацій	14	-
2	Особливості організації та проведення тренувальних занять із спортсменами високої кваліфікації.	20	-
3	Особливості системи функціонування армійського спорту.	10	-
4	Особливості діяльності Галицького навчально-спортивного комплексу.	4	-
5	Система функціонування університетського спорту.	4	-
	Разом:	52	-

7. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма

Модуль 1			
1.	Тема 1. Система багаторічної підготовки спортсменів. Конспект самопідготовки. Скласти план передзмагального МЗЦ.	6	6
2.	Тема 2. Етапи багаторічної підготовки спортсменів. Конспект самопідготовки. Скласти план підготовки спортсменів на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей.	18	18
3.	Тема 3. Спортивний відбір в системі багаторічної підготовки спортсменів. Розробити програму відбору спортсменів на етапі попередньої базової підготовки. Конспект самопідготовки.	6	6
4.	Тема 4. Основи управління в системі підготовки спортсменів. Конспект самопідготовки	6	6
5.	Тема 5. Контроль в спортивному тренуванні. Конспект самопідготовки	6	6
6.	Тема 6. Методичні та теоретичні основи прогнозування в спорті. Конспект самопідготовки	4	4
7.	Тема 7. Моделювання і програмування підготовки спортсменів. Виконати контрольну роботу “Модельні характеристики провідних спортсменів”. Конспект самопідготовки	4	4
Модуль 2			
8	Тема 8. Організаційні аспекти роботи спортивних організацій. 1. Підготувати звіт про структуру, зміст та особливості діяльності Львівської обласної ШВСМ 2. Підготувати звіт про структуру, зміст та особливості діяльності спортивних товариств «Гарт», «Колос», «Україна» 3. Підготувати звіт про організаційні аспекти діяльності філії НОК. 4. Матеріали самопідготовки (для денної форми навчання)	7	22

9	Тема 9. Особливості організації та проведення тренувальних занять зі спортсменами високої кваліфікації. 1. Скласти план-конспект тренувального заняття з виду спорту. 2. Скласти конспект практичних занять (для студентів денної форми навчання) 3. Скласти план комплексних змагань з видів спорту. 4. Матеріали самопідготовки (для денної форми навчання)	10	30
10	Тема 10. Особливості системи функціонування армійського спорту. Матеріали самопідготовки (для денної форми навчання)	5	16
11	Тема 11. Особливості діяльності Галицького навчально-спортивного комплексу. Матеріали самопідготовки (для денної форми навчання)	2	6
12	Тема 12. Особливості системи функціонування університетського спорту. Матеріали самопідготовки (для денної форми навчання)	2	6
	Разом	76	130

8. Індивідуальні завдання

Модуль 1

1. Конспекти самопідготовки.
2. Скласти план передзмагального МЗЦ.
3. Скласти план підготовки спортсменів на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей.
4. Розробити програму відбору спортсменів на етапі попередньої базової підготовки.
5. Виконати контрольну роботу “Модельні характеристики провідних спортсменів”.
6. Контрольна робота (заочна форма навчання).

Модуль 2

1. Підготувати звіт про структуру, зміст та особливості діяльності Львівської обласної ШВСМ.
2. Підготувати звіт про структуру, зміст та особливості діяльності спортивних товариств «Гарт», «Колос», «Україна».
3. Підготувати звіт про організаційні аспекти діяльності філії НОК.
4. Скласти план-конспект тренувального заняття з виду спорту.
5. Скласти конспект практичних занять (для студентів денної форми навчання)
6. Скласти план комплексних змагань з видів спорту.
7. Контрольна робота (заочна форма навчання).

Тематика контрольних робіт

Загальні положення

Відповідно до навчального плану студенти факультету заочного дистанційного та післядипломного навчання виконують контрольну роботу у XI-му та XII-му семестрах.

Завдання контрольної роботи:

Поглибити і закріпити знання студентів з дисципліни “Спорт вищих досягнень”;

Придбати навички опрацювання літературних джерел і вміння узагальнювати матеріал;

Перевірка знань студентів з тем навчальної дисципліни.

Після вибору теми контрольної роботи (див. розділ “Тематика контрольних робіт”) необхідно приступити до підбору літературних джерел і попереднього ознайомлення з їх змістом. Це полегшить складання плану контрольної роботи.

У плані повинні бути три основні розділи:

Вступ - обґрунтування актуальності та короткі повідомлення про зміст контрольної роботи;

Основна частина - в логічній послідовності розкриває зміст обраної теми;

Узагальнюючі висновки.

До виконання контрольної роботи студенти повинні підходити творчо. Якість роботи оцінюється насамперед по тому, наскільки самостійно і вірно студент розкриває в ній зміст головних питань теми.

Необхідно уникати поверхневого викладення, загальних фраз, дослівного запозичення тексту з використаних джерел. При дослівному записі (цитованні) слід обов’язково робити посилання на джерела зі значенням сторінок.

Зовнішнє оформлення роботи

- Контрольна робота повинна мати обкладинку і титульну сторінку, на якій зверху пишеться: Львівський державний університет фізичної культури. Факультет заочного, дистанційного та післядипломного навчання. Нижче зазначається назва теми, а також прізвище, ім’я та по-батькові студента, курс, група і домашня адреса.
- На першій сторінці роботи пишеться план контрольної роботи.
- В кінці роботи наводиться список використаної літератури, зазначається дата відправки в інститут і особистий підпис виконавця.
- Список літературних джерел складається за алфавітом (дивись приклади запису рекомендованої літератури до відповідних тем).

XI СЕМЕСТР

ТЕМА 1: СИСТЕМА БАГАТОРІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ

План:

Вступ.

1. Вивчення оптимальних вікових меж вищих спортивних досягнень і початку спортивної спеціалізації як передумова побудови багаторічного тренування.

2. Оптимальні вікові межі початку спеціалізації у подібних за характером змагальної діяльності групах видів спорту.
3. Вплив динаміки біологічного розвитку на побудову багаторічного тренувального процесу.
4. Структура багаторічного тренувального процесу.

Висновки.

Література:

Основна:

1. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте./ В.Н. Платонов. -К.: Олимпийская литература, 1997. - С.343-388.
2. Келлер В.С., Платонов В.М. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів./ В.С. Келлер, В.М. Платонов. -Львів: УСА, 1993. - С.192-223.
3. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения./ В.Н. Платонов. -К.: Олимпийская литература, 2004. – 808 с.

Додаткова:

1. Платонов В.Н. Теория и методика спортивной тренировки./ В.Н. Платонов. - Киев: Вища школа. Головное изд-во, 1984. - С.190-262.
- 2.Матвеев Л.П. Основы спортивной тренировки./ Л.П. Матвеев. -М.: Физкультура и спорт, 1977. - 280 с.
- 3.Посібники і підручники з видів спорту.

ТЕМА 2: ЕТАПИ ПОЧАТКОВОЇ, ПОПЕРЕДНЬОЇ БАЗОВОЇ ТА СПЕЦІАЛІЗОВАНОЇ БАЗОВОЇ

План:

Вступ.

1. Мета, завдання та зміст підготовки на етапах початкової, попередньої базової та спеціальної базової.
2. Оптимальні вікові межі початку спеціалізації на етапах попередньої базової та спеціальної базової підготовки.
3. Вплив динаміки біологічного розвитку на побудову багаторічного тренувального процесу на цих етапах.
4. Тактична, психологічна та змагальна підготовка на цих етапах.
5. Вивчення особливостей методики виховання фізичних якостей на цих етапах

Висновки.

Література:

Основна:

- 1.Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте./ В.Н. Платонов. -К.: Олимпийская литература, 1997. - С.343-388.
- 2.Келлер В.С., Платонов В.М. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів./ В.С. Келлер, В.М. Платонов. -Львів: УСА, 1993. - С.192-223.
- 3.Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения./ В.Н. Платонов. -К.: Олимпийская литература, 2004. – 808 с.

Додаткова:

1. Платонов В.Н. Теория и методика спортивной тренировки./ В.н. Платонов. - Киев: Вища школа. Головное изд-во, 1984. - С.190-262.
2. Матвеев Л.П. Основы спортивной тренировки./ Л.П. Матвеев. -М.: Физкультура и спорт, 1977. - 280 с.
3. Посібники і підручники з видів спорту.

ТЕМА 3: ЕТАПИ ПІДГОТОВКИ ДО ВИЩИХ ДОСЯГНЕНЬ, МАКСИМАЛЬНОЇ РЕАЛІЗАЦІЇ ІНДИВІДУАЛЬНИХ МОЖЛИВОСТЕЙ ТА ЗБЕРЕЖЕННЯ ВИЩОЇ СПОРТИВНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ

План:

Вступ.

1. Вивчення побудови тренувальних занять на цих етапах.
2. Методика підготовки спортсменів на цих етапах.
3. Психічна, тактична і технічна підготовка на цих етапах.
4. Змагальна діяльність на цих етапах.

Висновки.

Література:

Основна:

1. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте./ В.Н. Платонов. -К.: Олимпийская литература, 1997. - С.495-516.
2. Булатова М.М., Платонов В.Н. Спортсмен в сложных климато-географических условиях./ М.М. Булатова, В.Н. Платонов. -К.: Олимпийская литература, 1996. - 173 с.
3. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения./ В.Н. Платонов. -К.: Олимпийская литература, 2004. – 808 с.

Додаткова:

1. Булатова М.М., Платонов В.Н. Спортсмен в различных климато-географических и погодных условиях./ М.М. Булатова, В.Н. Платонов. -К.: Олимпийская литература, 1996. - 177 с.
2. Меерсон Ф.З. Адаптация к высотной гипоксии // Физиология адаптационных процессов./ Ф.З. Меерсон. -М.: Наука, 1986. -С.224-248.
3. Суслов Ф.П. Тренировка в условиях среднегорья как средство повышения спортивного мастерства: Автореф. дис. ... д-ра пед. наук./ Ф.П. Суслов. -М., 1985. - 48 с.

ТЕМА 4: ВИКОРИСТАННЯ УМОВ СЕРЕДНЬОГІР'Я, ВИСОКОГІР'Я І ШТУЧНА ГІПОКСІЯ У СИСТЕМІ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ

План:

Вступ.

1. Адаптація спортсменів до висотної гіпоксії.
2. Методика підготовки спортсменів у гірських умовах.

3. Реакліматизація і деадаптація спортсменів після тренувань в середньо- та високогір'ї.

4. Штучне гіпоксичне тренування в системі підготовки спортсменів.

Висновки.

Література:

Основна:

1. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте./ В.Н. Платонов. -К.: Олимпийская литература, 1997. - С.459-470.
2. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения./В.Н. Платонов. -К.: Олимпийская литература, 2004. – 808 с.

Додаткова:

1. Кузнецов В.В., Петровский В.В., Шустин Б.Н. Модельные характеристики легкоатлетов./ В.В Кузнецов, В.В Петровский, Б.Н. Шустин. -К.: Здоров'я, 1979, - 88 с.
2. Платонов В.Н. Теория и методика спортивной тренировки./ В.Н. Платонов. - Киев: Вища школа. Головное изд-во, 1984. - С.327-345.

ХІІ СЕМЕСТР

ТЕМА 1: МОДЕЛЮВАННЯ В СПОРТІ

План:

Вступ.

1. Загальні положення моделювання в спорті.
2. Моделі змагальної діяльності спортсменів.
3. Моделі підготованості спортсменів.
4. Морфо-функціональні моделі спортсменів.

Висновки.

Література:

Основна:

1. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте./ В.Н. Платонов. -К.: Олимпийская литература, 1997. - С.459-470.
2. Шустин Б.Н. Моделирование и прогнозирование в системе спортивной подготовки./ Б.Н. Шустин. -М.: СААМ, 1995. - С.226-237.

Додаткова:

1. Кузнецов В.В., Петровский В.В., Шустин Б.Н. Модельные характеристики легкоатлетов./ В.В. Кузнецов, В.В. Петровский, Б.Н. Шустин. -К.: Здоров'я, 1979, - 88 с.
2. Платонов В.Н. Теория и методика спортивной тренировки./ В.Н. Платонов. - Киев: Вища школа. Головное изд-во, 1984. - С.327-345.

ТЕМА 2: ОСНОВИ ПРОГНОЗУВАННЯ В СПОРТІ

План:

Вступ.

1. Методи прогнозування в спорті.
2. Прогнозування та планування як функції керування.
3. Види прогнозування в спорті.

Висновки.

Література:

Основна:

1. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте./ В.Н. Платонов. -К.: Олимпийская литература, 1997. - С.459-470.
2. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения./ В.Н. Платонов. -К.: Олимпийская литература, 2004. – 808 с.

Додаткова:

1. Кузнецов В.В., Петровский В.В., Шустин Б.Н. Модельные характеристики легкоатлетов./ В.В. Кузнецов, В.В. Петровский, Б.Н. Шустин. -К.: Здоров'я, 1979, - 88 с.
2. Платонов В.Н. Теория и методика спортивной тренировки./В.Н. Платонов. - Киев: Вища школа. Головное изд-во, 1984. - С.327-345.

ТЕМА 3: СПОРТИВНИЙ ВІДБІР У СИСТЕМІ БАГАТОРІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ

План:

Вступ.

1. Обґрунтування поняття "спортивна обдарованість".
2. Критерії відбору для занять спортом.
3. Мета, завдання та зміст спортивної орієнтації.
4. Мета, завдання та зміст відбору до занять спортом.
5. Мета, завдання та зміст спортивної селекції.

Висновки.

Література:

Основна:

1. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте./В.Н. Платонов. -К.: Олимпийская литература, 1997. - С.330-342.
2. Келлер В.С., Платонов В.Н. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів./ В.С. Келлер, В.Н. Платонов. -Львів: УСА, 1992. - С.223-232.
3. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения./ В.Н. Платонов. -К.: Олимпийская литература, 2004. – 808 с.

Додаткова:

- 1.Филин В.П. Теория и методика юношеского спорта: Учеб. пособие для институтов и техникумов физ. культ./ В.П. Филин. - М.: ФиС, 1987. - С.79-125.
- 2.Волков В.М., Филин В.П. Спортивный отбор./ В.М. Волков, В.П. Филин. - М.: ФиС, 1983. - 176 с.
- 3.Посібники і підручники з видів спорту.

ТЕМА 4: ЗАСТОСУВАННЯ МЕТОДІВ ЕКСТРАПОЛЯЦІЇ ПРИ ПРОГНОЗУВАННІ В СПОРТІ

План:

Вступ.

1. Алгоритми методів екстраполяції.
2. Прогнозування результатів з використанням рівняння прямої.
3. Комп'ютерна екстраполяція при прогнозуванні.

Висновки.

Література:

Основная:

1. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте./ В.Н. Платонов. -К.: Олимпийская литература, 1997. - С.459-470.
2. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения./ В.Н. Платонов. -К.: Олимпийская литература, 2004. – 808 с.

Додаткова:

- 1.Кузнецов В.В., Петровский В.В., Шустин Б.Н. Модельные характеристики легкоатлетов./ В.В. Кузнецов, В.В. Петровский, Б.Н. Шустин. -К.: Здоров'я, 1979, - 88 с.
- 2.Платонов В.Н. Теория и методика спортивной тренировки./В.Н. Платонов. - Киев: Вища школа. Головное изд-во, 1984. - С.327-345.

ТЕМА 5: АКТУАЛЬНІ НАПРЯМКИ ПРАКТИЧНОГО ЗАСТОСУВАННЯ СИСТЕМИ ПРОГНОЗУВАННЯ В СПОРТІ

План:

Вступ.

1. Методи прогнозування.
2. Прогнозування результатів з використанням рівняння прямої.
3. Які є види прогнозування в спорті.

Висновки

Література:

Основна:

1. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте./ В.Н. Платонов. -К.: Олимпийская литература, 1997. - С.330-342.
2. Келлер В.С., Платонов В.М. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів./ В.С. Келлер, В.Н. Платонов. -Львів: УСА, 1992. - С.223-232.

3. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения./ В.Н. Платонов. -К.: Олимпийская литература, 2004. – 808 с.

Додаткова:

- 1.Филин В.П. Теория и методика юношеского спорта: Учеб. пособие для институтов и техникумов физ. культ./ В.П. Филин. - М.: ФиС, 1987. - С.79-125.
- 2.Волков В.М., Филин В.П. Спортивный отбор./ В.М. Волков, В.П. Филин. - М.: ФиС, 1983. - 176 с.
- 3.Посібники і підручники з видів спорту.

9. Методи навчання

1.Самостійна робота студентів:

- підготовка до аудиторних занять (лекцій, практичних, семінарських, тощо);
- виконання практичних завдань протягом семестру;
- самостійне опрацювання окремих тем навчальної дисципліни;
- виконання контрольних робіт студентами заочної і дистанційної форм навчання;
- підготовка і виконання завдань, передбачених програмою практичної підготовки;
- підготовка до усіх видів контролю (іспиту, заліку тощо).

2. Словесні методи: лекція, обговорення, бесіда.

3. Наочні методи: демонстрація слайдів, фільмів.

10. Методи контролю

Поточний контроль здійснюється під час проведення практичних та семінарських занять в усній та письмовій формах.

1. Опитування.
2. Перевірка завдань для самостійної роботи.
3. Перевірка матеріалів самопідготовки.
4. Виконання завдань практичних занять.

Підсумковий контроль – екзамен, залік.

Екзаменаційні вимоги

1. Фактори, що визначають тривалість багаторічної підготовки спортсменів.
2. Вікові особливості адаптації спортсменів.
3. Загальна характеристика структури системи багаторічної підготовки спортсменів.
4. Етап початкової спортивної підготовки: мета, завдання, місце і значення у системі багаторічної підготовки спортсменів.
5. Провідні засоби і методи тренування на етапі початкової спортивної підготовки.
6. Основи методики тренування на етапі початкової спортивної підготовки.

7. Етап попередньої базової підготовки: мета, завдання, місце і значення у системі багаторічної підготовки спортсменів.
8. Провідні засоби і методи тренування на етапі попередньої базової підготовки.
9. Основи методики тренування на етапі попередньої базової підготовки.
10. Місце і значення змагальної підготовки на етапі попередньої базової підготовки.
11. Етап спеціалізованої базової підготовки: мета, завдання, місце і значення у системі багаторічної підготовки спортсменів.
12. Провідні засоби і методи тренування на етапі спеціалізованої базової підготовки.
13. Основи методики тренування на етапі спеціалізованої базової підготовки.
14. Місце і значення змагальної підготовки на етапі спеціалізованої базової підготовки.
15. Етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей: мета, завдання, основи методики тренування.
16. Місце і значення змагальної підготовки на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей.
17. Етап збереження високих досягнень: мета, завдання, основи методики тренування.
18. Місце і значення змагальної підготовки на етапі збереження високих досягнень.
19. Етап підтримання загальної працездатності: мета і завдання фізичної та соціальної адаптації спортсменів.
20. Основи методики тренування на етапі підтримання загальної працездатності.
21. Динаміка природного розвитку рухових якостей як передумова раціональної побудови багаторічної фізичної підготовки.
22. Основи методики розвитку максимальної сили у дитячому, підлітковому та юнацькому віці (I-III етапи).
23. Основи методики розвитку максимальної сили у кваліфікованих дорослих спортсменів (III-V етапи).
24. Основи методики розвитку швидкісно-силових якостей у дитячому, підлітковому та юнацькому віці (I-III етапи).
25. Основи методики розвитку швидкісно-силових якостей у кваліфікованих дорослих спортсменів (III-V етапи).
26. Особливості методики розвитку силових якостей в тренуванні дівчат і жінок.
27. Основи методики розвитку швидкості у дитячому, підлітковому та юнацькому віці (I-III етапи).
28. Основи методики розвитку швидкості у кваліфікованих дорослих спортсменів (III-V етапи).
29. Основи методики розвитку витривалості у дитячому, підлітковому та юнацькому віці (I-III етапи).

30. Основи методики розвитку спеціальної витривалості у кваліфікованих дорослих спортсменів.
31. Основи методики розвитку гнучкості в системі багаторічної підготовки спортсменів.
32. Основи методики розвитку координаційних якостей в системі багаторічної підготовки спортсменів.
33. Домірність у розвитку фізичних якостей у юних спортсменів (I-III етапи).
34. Вроджені та набуті чинники спортивної обдарованості.
35. Критерії відбору для занять спортом.
36. Мета, завдання та зміст спортивної орієнтації.
37. Мета, завдання та зміст відбору до занять спортом.
38. Мета, завдання та зміст спортивної селекції.
39. Ціль, об'єкт і види управління.
40. Етапне управління.
41. Біжуче управління.
42. Оперативне управління
43. Контроль в спортивному тренуванні.
44. Ціль, об'єкт і види контролю.
45. Вимоги до показників, що використовуються для контролю.
46. Контроль фізичної підготовленості.
47. Контроль технічної підготовленості.
48. Контроль тактичної підготовленості.
49. Контроль психічної підготовленості.
50. Контроль змагальної діяльності.
51. Контроль тренувальних і змагальних навантажень.
52. Моделювання в спорті.
53. Основи моделювання в спорті.
54. Моделі змагальної діяльності.
55. Моделі підготовленості.
56. Морфо-функціональні моделі.
57. Моделювання змагальної діяльності і підготованості в залежності від індивідуальних особливостей спортсменів.
58. Прогнозування в спорті
59. Методи прогнозування.
60. Короткострокове і середньострокове прогнозування.
61. Довгострокове і над довгострокове прогнозування.

Залікові питання

1. Організаційна структура та основні напрямки діяльності спортивних товариств Львівщини: ФСТ «Гарт», ФСТ «Колос», ФСТ «Україна».
2. Характеристика основних напрямів діяльності філії НОК України у Львівській області.
3. Характеристика основних напрямів діяльності управління спорту ЛОДА та управління у справах сім'ї, молоді і спорту Львівської міської ради.

4. Організаційна структура та зміст діяльності Спортивного клубу армії Західного оперативного військового округу.
5. Характеристика змісту та основних напрямів діяльності Львівської обласної ШВСМ.
6. Матеріально-технічне забезпечення процесу підготовки спортсменів високої кваліфікації у Львівській області.
7. Характеристика основних напрямків діяльності спортивних федерацій Львівщини.
8. Особливості діяльності Галицького навчально-спортивного комплексу.
9. Характеристика особливостей функціонування університетського спорту.
10. Актуальні проблеми управління процесом підготовки кваліфікованих спортсменів у Львівській області.

11. Розподіл балів, які отримують студенти
Для екзамену (денна форма навчання)

Поточне тестування та самостійна робота	Модуль 1							Сума	Підсумковий тест (екзамен)
	Змістовий модуль 1			Змістовий модуль 2					
	T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7		
Денна форма	8	14	6	6	6	4	6	50	50
Опитування на занятті	4	8	2	4	4	2	2	26	
Виконання завдань з самостійної роботи	2	2	2	-	-	-	2	8	
Матеріали самопідготовки	2	4	2	2	2	2	2	16	

Примітка. Відповідь на семінарському занятті для студентів денної форми навчання оцінюється від 0 до 2 балів.

Для заліку (денна форма навчання)

Модуль 2						Сума
Змістовий модуль №1						
Поточне тестування та самостійна робота	T8	T9	T10	T11	T12	100
Робота на заняттях	7	7	7	7	7	35
Матеріали самопідготовки	7	7	7	7	7	35
Виконання практичних завдань	15 (3x5)	15 (3x5)	-	-	-	30

Примітка. Практичні роботи оцінюються від 0 до 5 балів.

Для заліку (заочна форма навчання)

Поточне тестування та самостійна робота	Модуль 1				Сума
	Змістовий модуль 1				
	T1	T2	T3		

	26	38	21	15	100
Опитування на занятті	10	20	5	-	35
Виконання завдань з самостійної роботи	8	8	8	-	24
Матеріали самопідготовки	8	10	8	-	26
Контрольна робота	-	-	-	15	15

Примітка. Відповідь на семінарському занятті для студентів заочної форми навчання оцінюється від 0 до 5 балів.

Для екзамену (заочна форма навчання)

Поточне тестування та самостійна робота	Модуль 1				Модуль 2						Сума	Підсумковий тест (екзамен)
	Змістовий модуль 2				Змістовий модуль 1							
	T4	T5	T6	T7	T8	T9	T10	T11	T12			
	4	6	4	8	12	8	-	-	-	8	50	50
Опитування на занятті	2	4	2	2	-	-	-	-	-	-	10	
Виконання завдань з самостійної роботи	-	-	-	4	12 (3x4)	8 (2x4)	-	-	-	-	24	
Матеріали самопідготовки	2	2	2	2	-	-	-	-	-	-	8	
Контрольна робота	-	-	-	-	-	-	-	-	-	8	8	

Примітка. Відповідь на семінарському занятті для студентів заочної форми навчання оцінюється від 0 до 2 балів. Виконання завдань з самостійної роботи для студентів заочної форми навчання оцінюється від 0 до 4 балів.

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
82-89	B	добре	
74-81	C		
64-73	D	задовільно	
60-63	E		
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

12. Методичне забезпечення

Теми та короткий зміст семінарських та практичних занять

Модуль 1

Змістовий модуль 1. Багаторічна підготовка спортсменів.

1-2. Система багаторічної підготовки спортсменів

Вивчення оптимальних вікових меж вищих спортивних досягнень і початку спортивної спеціалізації як передумова побудови багаторічного тренування. Оптимальні вікові межі початку спеціалізації у подібних за характером змагальної діяльності групах видів спорту. Вплив динаміки біологічного розвитку на побудову багаторічного тренувального процесу. Структура багаторічного тренувального процесу.

Теми та короткий зміст самостійної роботи

1. Скласти план передзмагального мезоциклу.

3-4. Етап початкової підготовки , попередньої базової підготовки та спеціальної базової підготовки

Мета і завдання етапу початкової спортивної підготовки, його місце і значення в системі багаторічної підготовки спортсменів. Провідні засоби і методи тренування. Основи методики тренування.

Мета і завдання етапу попередньої базової підготовки, його місце і значення в системі багаторічної підготовки спортсменів. Провідні засоби і методи тренування. Основи методики тренування. Змагальна підготовка у системі підготовки спортсменів на цьому етапі.

Мета і завдання етапу спеціальної базової підготовки, його місце і значення в системі багаторічної підготовки спортсменів. Провідні засоби і методи тренування. Основи методики тренування.

5. Етап підготовки до вищих досягнень, максимальної реалізації індивідуальних можливостей та збереження вищої спортивної майстерності.

Мета і завдання етапу підготовки до вищих досягнень, його місце і значення в системі багаторічної підготовки спортсменів. Провідні засоби і методи тренування. Основи методики тренування. Змагальна підготовка у системі підготовки спортсменів на цьому етапі.

Мета і завдання етапу максимальної реалізації індивідуальних можливостей. Провідні засоби і методи тренування. Основи методики тренування. Змагальна підготовка у системі підготовки спортсменів на цьому етапі.

Мета і завдання етапу збереження вищої спортивної майстерності. Провідні засоби і методи тренування. Основи методики тренування. Змагальна підготовка у системі підготовки спортсменів на цьому етапі.

6. Етапи поступового зниження досягнень та виходу із спорту вищих досягнень.

Мета і завдання етапу поступового зниження досягнень. Основи методики

тренування. Мета і завдання етапу виходу із спорту вищих досягнень. Основи методики тренування на цьому етапі.

Теми та короткий зміст самостійної роботи

1. Скласти план підготовки спортсменів на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей.

7. Спортивний відбір в системі багаторічної підготовки спортсменів

Обґрунтування поняття "спортивна обдарованість". Критерії відбору для занять спортом. Мета, завдання та зміст спортивної орієнтації. Мета, завдання та зміст відбору до занять спортом. Мета, завдання та зміст спортивної селекції.

Теми та короткий зміст самостійної роботи

1. Розробити програму відбору спортсменів на етапі попередньої базової підготовки.

Змістовий модуль 2. Контроль, прогнозування та моделювання в спорті.

8-9. Основи управління в системі підготовки спортсменів.

Ціль, об'єкт і види управління. Етапне управління. Біжуче управління. Оперативне управління

10-11. Контроль в спортивному тренуванні.

Ціль, об'єкт і види контролю. Вимоги до показників, що використовуються для контролю. Контроль фізичної підготовленості. Контроль технічної підготовленості. Контроль тактичної підготовленості. Контроль психічної підготовленості. Контроль змагальної діяльності. Контроль тренувальних і змагальних навантажень.

12. Методичні та теоретичні основи прогнозування в спорті.

Методи прогнозування. Короткострокове і середньострокове прогнозування. Довгострокове і над довгострокове прогнозування.

13. Моделювання і програмування підготовки спортсменів.

Основи моделювання в спорті. Моделі змагальної діяльності. Моделі підготовленості. Морфофункціональні моделі. Моделювання змагальної діяльності і підготованості в залежності від індивідуальних особливостей спортсменів.

Теми та короткий зміст самостійної роботи

1. Виконати контрольну роботу "Моделні характеристики провідних спортсменів".

Модуль 2.

Змістовний модуль 1. Регіональна система управління спортом та практична діяльність з підготовки кваліфікованих спортсменів.

Тема 8. Організаційні аспекти роботи спортивних організацій

1-2. Організаційні аспекти роботи Львівської обласної школи вищої спортивної майстерності.

Студенти ознайомлюються з роботою Львівської обласної ШВСМ.

3. Організаційні аспекти роботи Львівської спортивної дитячо-юнацької школи олімпійського резерву зі стрільби з лука.

Студенти ознайомлюються з діяльністю Львівської СДЮШОР.

4. Організаційні аспекти роботи філії Національного олімпійського комітету України у Львівській області.

Студенти ознайомлюються з діяльністю філії НОК України у Львівській області.

5-7. Особливості організації та змісту і напрямків роботи управління спорту львівської обласної державної адміністрації та управління у справах сім'ї, молоді і спорту львівської міської ради.

Студенти ознайомлюються з діяльністю управління спорту ЛОДА та управління у справах сім'ї, молоді та спорту ЛМР.

Теми самостійної роботи

1. Підготувати звіт про структуру, зміст та особливості діяльності Львівської обласної ШВСМ;
2. Підготувати звіт про структуру, зміст та особливості діяльності спортивних товариств «Гарт», «Колос», «Україна»;
3. Підготувати звіт про організаційні аспекти діяльності філії НОК України у львівській області

Тема 9. Особливості організації та проведення тренувальних занять зі спортсменами високої кваліфікації.

8-11. Особливості організації та проведення тренувальних занять із спортсменами високої кваліфікації. Досвід побудови багаторічної системи підготовки кваліфікованих спортсменів провідних тренерів та функціонерів регіону.

Студенти беруть участь в організації та проведенні тренувальних занять із спортсменами високої кваліфікації. Зустрічаються (у форматі семінарів, майстер-класів) з провідними спортивними фахівцями регіону.

12-14. Організаційні аспекти та основні напрямки діяльності щодо підготовки спортсменів високої кваліфікації спортивних федерацій Львівщини.

Студенти беруть участь у ознайомленні з роботою спортивних федерацій Львівщини (на прикладі федерації важкої атлетики і федерації фехтування).

15-17. Організаційні аспекти та основні напрямки діяльності щодо підготовки спортсменів високої кваліфікації спортивних товариств Львівщини: ФСТ «Гарт», ФСТ «Колос», ФСТ «Україна» тощо.

Студенти беруть участь у ознайомленні з роботою спортивних товариств Львівщини: «Гарт», «Колос», «Україна» і інші.

Теми самостійної роботи

1. Скласти план-конспект тренувального заняття з виду спорту.
2. Скласти конспект практичних занять. (денна форма навчання)
3. Скласти план комплексних змагань з видів спорту.

Тема 10. Особливості системи функціонування армійського спорту.

18-22. Студенти ознайомлюються з особливостями системи підготовки кваліфікованих спортсменів в армійських спортивних клубах (на прикладі СКА № 8 міста Львова).

Тема 11. Особливості діяльності Галицького навчально-спортивного комплексу.

23-24. Студенти ознайомлюються з організаційними аспектами та особливостями діяльності Галицького навчально-спортивного комплексу (ЛДУФК-ЛУФК-ІФКФВС).

Тема 12. Особливості системи функціонування університетського спорту.

25-26. Студенти ознайомлюються із змістом та основними напрямками підготовки кваліфікованих спортсменів в системі університетського спорту.

13. Рекомендована література

Базова

1. Келлер В. С. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів / Келлер В. С., Платонов В. М. – Л.: Українська спортивна Асоціація, 1992. – 269 с.
2. 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
3. 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.

Допоміжна

4. Ашмарин Б. А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании: [пособ. для студ., аспирант. и препод.] / Ашмарин Б. А. – М.: Физкультура и спорт, 1978. – 233 с.
5. Платонов В.Н. Теория и методика спортивной подготовки. – К.: Вища школа. Головное изд-во, 1984. – 352 с.
6. Матвеев Л. П. Основы спортивной тренировки / Матвеев Л. П.– М.: ФиС, 1977.– 271 с.
7. Платонов В. Н. Подготовка квалифицированных спортсменов / Платонов В. Н. – М.: ФиС, 1986.– 286 с.
8. Платонов В. Н. Теория и методика спортивной подготовки / Платонов В. Н, – К. : Вища школа. Головное изд-во, 1984. – 352 с.
9. Линець М. М. Основы методики розвитку рухових якостей / Линець М. М. – Л.: Штабар, 1997. – 208 с.

10. Платонов В. М. Фізична підготовка спортсмена / Платонов В. М., Булатова М. М. – К.: Олімпійська література, 1995. – 320с.
11. Иванов В. В. Комплексный контроль в подготовке спортсменов / Иванов В. В. – М.: ФиС, 1987. – 256 с.
12. Верхошанский Ю. В. Основы специальной физической подготовки спортсменов / Верхошанский Ю. В. – М.: ФиС, 1988. – 331 с.
13. Волков В. М. Спортивный отбор / Волков В. М., Филин В. П. – М.: ФиС, 1983. – 176 с.
14. Волков Л. В. Основы спортивной подготовки детей и подростков / Волков Л. В. – К.: Вища школа, 1993. – 152 с.
15. Тер-Ованесян А. А. Педагогика спорта / Тер-Ованесян А. А., Тер-Ованесян И. А. – К.: Здоров'я, 1986. – 208 с.
16. Шустин Б. Н. Моделирование и прогнозирование в системе спортивной тренировки / Шустин Б. Н. – М.: СААМ, 1995. – С.226-237.
17. Шустин Б. Н. Модельные характеристики соревновательной деятельности / Шустин Б. Н. // Современная система спортивной подготовки. – М.: СААМ, 1995. – С.50-73.
18. Филин В.П. Теория и методика юношеского спорта. – М.: Фізкультура и спорт, 1987. – 128 с.
19. Филин В.П., Основы юношеского спорта. / В.П. Филин., Н.А. Фомин. – М.: ФиС, 1980. – 255 с.

14. Інформаційні ресурси

1. Мультимедійне забезпечення лекцій та семінарських занять.
2. <http://lib.sportedu.ru/>
3. <http://www.nbu.gov.ua/>
4. <http://noc-ukr.org/>