

ЗАТВЕРДЖЕНО

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

Форма № Н - 3.04

Львівський державний університет фізичної культури

(повне найменування вищого навчального закладу)

Кафедра теоретико-методичних основ спорту

“ЗАТВЕРДЖУЮ”

Проректор з навчальної та виховної роботи

Музика Ф. В.

“_____” _____ 20__ року

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

“ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ЮНАЦЬКОГО СПОРТУ”

(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 _____ факультет підвищення кваліфікації,
перепідготовки та заочної освіти _____

Львів, 2013 рік

Робоча програма дисципліни «Теорія і методика юнацького спорту» для підготовки тренерів I-II категорії за спеціальністю 7.01020201 «Спорт (за видами діяльності)» „___” серпня, 20__ року - __ с.

Розробник: д.фіз.вих. і с., професор, зав. кафедри Бріскін Ю. А.

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри теоретико-методичних основ спорту

Протокол від. “___” серпня 2013 року № ___

Завідувач кафедри (циклової, предметної комісії)

(підпис)

(Бріскін Ю. А.)
(прізвище та ініціали)

“___” серпня 2013 року

Схвалено методичною комісією вищого навчального закладу за напрямом підготовки (спеціальністю) 7.01020201 спорт (за видами діяльності)
(шифр, назва)

Протокол від. “___” _____ 2013 року № ___

“___” _____ 2013 року

Голова _____ (_____)
(підпис) (прізвище та ініціали)

© _____, 20__ рік

© _____, 20__ рік

Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни
		денна форма навчання
Кількість кредитів –	Галузь знань <u>0102 Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини</u> (шифр і назва)	Нормативна
	Напрямок підготовки <u>7.01020201 спорт (за видами діяльності)</u> (шифр і назва)	
Модулів – 1	Спеціальність (професійне спрямування): <u>7.01020201 спорт (за видами діяльності)</u> (шифр і назва)	Рік підготовки:
Змістових модулів –1		1-й
Загальна кількість годин – 4		Семестр 1-й
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 4	Освітньо-кваліфікаційний рівень: спеціаліст	Лекції
		4 год.
		Практичні, семінарські
		-
		Лабораторні
		-
Самостійна робота		
-		
		Вид контролю: комплексний іспит

1. Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою викладання навчальної дисципліни "Теорія і методика юнацького спорту" є формування у студентів загальних основ навчально-тренувальної діяльності, навчання техніки виду спорту та особистісного розвитку юних спортсменів у системі багаторічної підготовки.

Завданнями вивчення дисципліни «Теорії і методики юнацького спорту» є формування професійних знань щодо загальних закономірностей розвитку організму юних спортсменів та формування у них адаптації до навантажень різної спрямованості, підготовка та корекція стану юних спортсменів на змаганнях різного рівня, узагальнення досвіду резервного спорту у різних країнах, вивчення нормативно-правового підґрунтя підготовки спортсменів у системі дитячо-юнацьких спортивних шкіл.

У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен:

знати: програмно-нормативні документи для підготовки юних спортсменів, ієрархію змагань для кваліфікованих спортсменів на ранніх етапах багаторічної підготовки, особливості морфофункціонального та психолого-педагогічного розвитку юних спортсменів, особливості ранніх етапів багаторічної підготовки спортсменів;

вміти: забезпечувати організацію змагань із залученням юних спортсменів, адекватно проводити підбір систем проведення змагань, формувати процес підготовки юних спортсменів у відповідності до особливостей їхньої адаптації, обґрунтовувати обсяг та інтенсивність навантажень у підготовці юних спортсменів спираючись на їхні морфофункціональні та психолого-педагогічні особливості, проводити контроль підготовленості кваліфікованих спортсменів на ранніх етапах багаторічної підготовки.

2. Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. Теоретико-методичні основи підготовки юних спортсменів:

Тема 1. Морфофункціональні та психолого-педагогічні особливості юних спортсменів.

Динаміка розвитку функціональних систем в дитячому та юнацькому віці. Особливості розвитку фізичних якостей юних спортсменів з урахуванням сенситивних періодів та структури індивідуальної фізичної підготовленості. Індивідуальні здібності та вибір занять спортом. Психофізіологічні передумови розвитку спортивних здібностей.

Тема 2. Етапи багаторічної підготовки юних спортсменів.

Взаємозв'язок побудови багаторічного тренувального процесу з динамікою біологічного розвитку людини. Загальна характеристика системи багаторічної підготовки спортсменів. Мета і завдання етапу початкової 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.

Етап спеціалізованої базової підготовки. Мета і завдання етапу спеціалізованої 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.

3. 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												
Змістовий модуль 1. Теоретико-методичні основи підготовки юних спортсменів												
Тема 1. Морфо-функціональні та психолого-педагогічні особливості юних спортсменів	2	2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Тема 2. Етапи багаторічної підготовки юних спортсменів	2	2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Разом за змістовим модулем 1	4	4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Усього годин	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

5. Теми семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1			
2			
3			

6. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
1			
2			
3			

7. Самостійна робота

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

1			
2			
3			

9. Індивідуальні завдання

10. Методи навчання

- Самостійна робота студентів:
 - підготовка до контролю (іспиту).
- Словесні методи: лекція, обговорення, бесіда.
- Наочні методи: демонстрація слайдів, фільмів.

11. Методи контролю

Підсумковий контроль – комплексний іспит.

Екзаменаційні вимоги

- Загальна характеристика системи багаторічної підготовки спортсменів.
- Мета і завдання етапу початкової 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.
- Етап спеціальної базової підготовки та етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей.
- Мета і завдання етапу спеціалізованої базової підготовки, його місце і значення в системі багаторічної підготовки спортсменів.

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		

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	
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

Змістовий модуль 1. Теоретико-методичні основи підготовки юних спортсменів

Тема 1. Морфо-функціональні та психолого-педагогічні особливості юних спортсменів

Динаміка розвитку функціональних систем в дитячому та юнацькому віці. Особливості розвитку фізичних якостей юних спортсменів з урахуванням сенситивних періодів та структури індивідуальної фізичної підготовленості. Індивідуальні здібності та вибір занять спортом. Психофізіологічні передумови розвитку спортивних здібностей.

Тема 2. Етапи багаторічної підготовки спортсменів

Загальна характеристика системи багаторічної підготовки спортсменів. Мета і завдання етапу початкової 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.

Етап спеціальної базової підготовки та етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей. Мета і завдання етапу спеціалізованої 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.

13. Рекомендована література

Базова

1. Волков Л. В. Теория и методика детского и юношеского спорта : [учебник для вузов физической культуры и факультетов физического воспитания высших учебных заведений]. – К. : Олимпийская литература, 2002. – 295 с.
2. Волков Л. В. Основы спортивной подготовки детей и подростков: [навч. пос.] / Волков Л. В. – К. : Вища школа, 1993. – 152 с.
3. Волков В. Н. Спортивный отбор / Волков В. Н., Филин В. П. – М. : ФиС, 1983.

4. Клименко В. В. Психомоторные способности юного спортсмена / Клименко В. В. – К. : Здоров'я, 1987. – 167 с.
5. 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
6. 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.
7. Сахновский К. П. Подготовка спортивного резерва / Сахновский К. П. – К. : Здоров'я, 1990. – 150 с.
8. Филин В. П. Теорія и методика юношеского спорта / Филин В. П. – М. : Фізкультура и спорт, 1987. – 128 с.
9. Филин В. П. Основы юношеского спорта / Филин В. П., Фомин Н. А. – М. : ФиС, 1980. – 255 с.

Допоміжна

1. Боген М. М. Обучение двигательным действиям / Боген М. М. – М. : ФиС, 1985. – 89 с.
2. Келлер В. С. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів / Келлер В. С., Платонов В. М. – Л. : Українська спортивна Асоціація, 1992. – 269 с.
3. Линець М. М. Основы методики розвитку рухових якостей / М. М. Линець – Львів : Штабар, 1997. – 208 с.
4. Платонов В. М., Булатова М. М. Фізична підготовка спортсмена / Платонов В. М., Булатова М. М. – К. : Олімпійська література, 1995. – 320 с.

13. Інформаційні ресурси

1. Мультимедійне забезпечення лекцій та семінарських занять.
2. <http://lib.sportedu.ru/>
3. <http://www.nbuuv.gov.ua/>
4. <http://www.noc.lviv.ua/litni-yunatski-olimpijski-ihry-v-nankin>
5. <http://www.nanjing2014.org/en/>
6. Підручники та посібники з видів спорту та загальної теорії підготовки спортсменів.