

Анотація

Назва дисципліни	Теорія і методика дитячо-юнацького спорту
Освітня програма	Фізична культура і спорт першого бакалаврського рівня вищої освіти за спеціальністю А7 «Фізична культура і спорт»
Компонент освітньої програми	Вибірковий
Загальна кількість кредитів та кількість годин для вивчення дисципліни	Зкредити / 90 годин
Вид підсумкового контролю	Екзамен
Мова викладання	українська
Викладач (і)	Василіук Василь Миколайович, професор
CV викладача на сайті кафедри	https://som.rv.ua/?team_manager=
E-mail викладача:	77vasyl@ukr.net
Консультації	Понеділок, Середа – 13.00 Лабораторія кафедри. Онлайн консультації на форумі <i>Zoom, Viber, Skype, Studdy</i> - 19.00.

Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою викладання навчальної дисципліни “Теорія і методика дитячо - юнацького спорту” є формування у студентів сучасного системного мислення та комплексу спеціальних знань у галузі теорії і методики підготовки спортсменів, котрі складають основу професійної майстерності майбутніх спеціалістів.

Завданням вивчення дисципліни “Теорія і методика дитячо - юнацького спорту: теоретична і методична підготовка здобувачів вищої освіти.

Очікувані результати навчання відображені в системі програмних компетентностей, які включають загальні (ЗК) та фахові (ФК).

Загальні компетентності (ЗК)

ЗК 1.Здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу.

ЗК 2. Здатність використовувати педагогічні та психологічні прийоми для організації навчально- тренувального процесу.

ЗК 5.Здатність застосовувати отримані знання та навички у використанні інформаційних і комунікаційних технологій, володіти навичками роботи в комп’ютерних мережах, уміння створювати бази даних і використовувати інтернет-ресурси для вдосконалення та підвищення своєї педагогічної та спортивної професійної майстерності.

ЗК 7. Здатність генерувати нові ідеї та проявляти креативність в їх реалізації.

ЗК 8. Здатність виявляти та формулювати проблеми у професійній діяльності, приймати обґрунтовані рішення та нести за них відповідальність.

ЗК 10.Здатність освоювати та вдосконалювати рухові уміння і навички з різних видів рухової активності.

Фахові компетентності (ФК)

ФК1. Здатність організовувати роботу відповідно до вимог безпеки життєдіяльності й охорони праці, надавати долікарську допомогу особам в разі виникнення у них невідкладних станів та патологічних процесів в організмі.

ФК2. Здатність застосовувати отримані знання на практиці під час викладання у вищих навчальних закладах та спортивних тренуваннях (заняттях).

ФК3. Здатність володіти сучасними технологіями та ефективно їх використовувати в процесі професійної діяльності.

ФК4. Здатність оцінювати фізичні здібності і функціональний стан, адекватно вибирати засоби і методи для тренування з урахуванням індивідуальних особливостей тих хто займається.

ФК5. Здатність організовувати діяльність та забезпечувати ефективне управління окремими суб'єктами сфери фізичної культури та спорту фізичної культури і спорту.

ФК8. Здатність орієнтуватися в сучасних тенденціях розвитку спорту вищих досягнень, глобальних спортивних інноваційних процесах, розумінням їх перспектив і можливих наслідків для України.

ФК9. Здатність самостійно розробляти документи планування педагогічної, тренерської та інструкторської діяльності у галузі фізичної культури та спорту.

Очікувані результати навчання формулюються та деталізуються на підставі програмних результатів навчання (ПРН), відповідно до освітньо-професійної програми «Фізична культура і спорт».

ПРН 1. Володіти спеціалізованими концептуальними знаннями, набутими у процесі навчання та/або професійної діяльності на рівні новітніх досягнень, які є основою для оригінального мислення та інноваційної діяльності, зокрема в контексті дослідницької роботи.

ПРН 2. Вміти здійснювати критичне осмислення проблем у навчанні та/або професійній діяльності та на межі предметних галузей.

ПРН 6. Знати історію розвитку і становлення обраного виду спорту, суддівство та правила, теорію і методику навчання, тренування та основи побудови тренувального процесу у обраному виді спорту.

ПРН 7. Знати методи і засоби вивчення та оцінки фізичного розвитку, стану здоров'я, фізичної підготовленості, проведення педагогічних спостережень, профілактики травматизму під час занять фізичними вправами.

ПРН 8. Володіти знаннями щодо організації та управління у сфері спорту, спортивно – масової роботи, селекції талантів, технології скаутингу.

ПРН 11. Вміти аналізувати, узагальнювати і творчо використовувати передовий науковий та тренерський досвід, застосовувати набуті знання у професійній діяльності для орієнтації в сучасних тенденціях розвитку фізичної культури та спорту.

ПРН 12. Вміти розробляти та складати робочу документацію, програми, плани занять, положення про спортивні заходи тощо.

ПРН 14. Організовувати, проводити та здійснювати суддівство змагань у обраному виді спорту.

ПРН 15. Підбирати і застосовувати сучасні методи тренування, оцінки, контролю стану здоров'я та фізичної підготовленості тих хто займається.

Передумови вивчення дисципліни для формування програмних результатів навчання та компетентностей

Ефективність засвоєння змісту дисципліни «Теорія і методика дитячо - юнацького спорту» значно підвищиться, якщо здобувач вищої освіти попередньо опанував матеріалом таких дисциплін як: «Вступ до спеціальності та історія спорту», «Теорія і методика спортивних ігор», «Олімпійський і професійний спорт».

Мотивація здобувачів вищої освіти спрямована на прагненні оволодіти спеціальністю, яка подобається. Вони вважають, що навчання дасть їм змогу засвоїти певні знання, стати освіченими людьми, розвинути особистісні здібності і в подальшому приносити користь суспільству.

Умовою мотивації до навчальної діяльності студентам є застосування під час викладання дисципліни активних методів навчання, що дають можливість проявляти

самостійність та ініціативу. Зокрема під час викладання даної дисципліни викладачем використовуються: навчальні дискусії (групове обговорення); створення ситуації пізнавальної новизни; створення ситуації зацікавленості (метод цікавих аналогій тощо)), технічні засоби навчання, в тому числі відеоматеріали, які ілюструють і надають інформацію до ситуаційних задач, а також пропонується виконання самостійної та групової(бригадної) роботи на проектах.

Самостійна діяльність здобувачів вищої освіти є одним із основних компонентів підготовки майбутнього фахівця до професійної діяльності та навчання упродовж життя. Вона передбачає виконання завдань, які можна диференціювати в залежності від навчальних можливостей здобувачів вищої освіти, змісту та складності. Використання диференціації навчальних завдань дозволить забезпечити професійний підхід в підготовці молодих спортсменів до тренувального процесу і організації самостійної діяльності з використанням передових технологій для розвитку спорту в Україні і забезпечення їх якості та ефективності.

Перелік тем

Змістовий модуль 1. Організаційні аспекти функціонування юнацького спорту

Тема 1. Програмно-нормативне забезпечення юнацького спорту.

Розвиток вітчизняної теорії та методики дитячого та юнацького спорту. Основні організаційні форми підготовки юних спортсменів. Задачі спортивних шкіл різних типів. Програмно-нормативні документи, що регламентують діяльність спортивних шкіл.

Тема 2. Всеукраїнські та Міжнародні змагання юних спортсменів. Юнацькі Олімпійські ігри.

Місце змагань в системі підготовки юних спортсменів. Структура змагань різних вікових груп. Документи, що регламентують організацію і проведення змагань для юних спортсменів. Норми змагальних навантажень і умови проведення змагань з видів спорту для спортсменів дитячого і юнацького віку. Юнацькі Олімпійські ігри.

Змістовий модуль 2. Теоретико-методичні основи підготовки юних спортсменів:

Тема 3. 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. Особливості побудови та організації спортивного тренування юних спортсменів.

Тема 4. Спортивний відбір та орієнтація юних спортсменів.

Актуальність і важливість системи відбору. Визначення поняття «спортивний відбір» і «спортивна орієнтація». Основні методичні положення системи відбору в спортивних школах. Організація та проведення спортивної орієнтації та відбору.

Тема 5. Етапи багаторічної підготовки юних спортсменів.

Взаємозв'язок побудови багаторічного тренувального процесу з динамікою біологічного розвитку людини. Мета і завдання етапу початкової підготовки, його місце і значення в системі багаторічної підготовки спортсменів. Мета і завдання етапу попередньої базової підготовки, його місце і значення в системі багаторічної підготовки спортсменів. Мета і завдання етапу спеціалізованої базової підготовки, його місце і значення в системі багаторічної підготовки спортсменів.

Тема 6. Контроль і корекція підготовки юних спортсменів.

Мета, об'єкт і види контролю. Вимоги до показників, що використовуються для контролю підготовленості юних спортсменів. Контроль і корекція змагальної діяльності. Контроль і корекція тренувальних і змагальних навантажень.

Чергування в мікроциклі занять з різними по величині і направленості навантаженнями. Структура мікроциклів різних типів. Особливості побудови мікроциклів при декількох заняттях протягом дня.

Типи мезоциклів. Чергування мікроциклів у мезоциклі. Особливості побудови мезоциклів при тренуванні жінок.

Модуль2

Змістовий модуль 1.

Моделювання і прогнозування в системі підготовки спортсменів.

Тема 5. Загальні положення моделювання в спорті.

Моделі змагальної діяльності. Моделі підготовленості. Морфофункціональні моделі. Моделювання змагальної діяльності і підготовленості в залежності від індивідуальних особливостей спортсменів. Методи прогнозування в спорті. Короткострокове і середньострокове прогнозування. Довгострокове і надстрокове прогнозування.

Тема 6. Особливості підготовки кваліфікованих спортсменів в умовах середньогір'я, високогір'я і штучної гіпоксії в системі підготовки спортсменів.

Адаптація людини до висотної гіпоксії. Працездатність і спортивні результати в гірських умовах. Форми гіпоксичного тренування. Оптимальна висота для підготовки в гірських умовах. Термінова акліматизація спортсменів при підготовці в горах. Реакліматизація і реадаптація спортсменів після повернення з гір. Штучне гіпоксичне тренування в системі підготовки спортсменів. Тренування в горах і штучне гіпоксичне тренування в системі річної підготовки спортсменів.

Тема 7. Особливості підготовки і змагань в умовах високих і низьких температур. Спортсмен в умовах різних температур навколишнього середовища. Реакції організму спортсмена в умовах високих температур. Адаптація спортсмена до умов спеки. Реакція організму спортсмена в умовах низьких температур. Адаптація спортсмена до умов холоду. Підготовка і змагання в умовах високих і низьких температур. Тренування і змагання в різних природних умовах.

Тема 8. Десинхронізація і ресинхронізація циркадних ритмів у спортсменів. Добові зміни стану організму спортсмена. Тренування і змагання в будь-який час доби. Десинхронізація циркадних ритмів організму спортсмена після далеких перельотів. Ресинхронізація циркадних ритмів організму спортсмена після далеких перельотів.