

# ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ТА СПОРТ

*у контексті державної  
програми розвитку фізичної культури в Україні:  
досвід, проблеми, перспективи*

Присвячується 10-річчю факультету фізичного виховання і спорту



## ЗМІСТ

### ПЕРЕДМОВА

Саух П. Ю. ....	9
-----------------	---

### НАПРЯМ І.

#### ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ

##### **Асаулюк І. А., Куц А. С.**

Современные представления о построении тренировочного процесса семиборков высокой квалификации .....	10
--	----

##### **Ахметов Р. Ф., Кутек Т. Б.**

Сучасні технології дослідження техніки рухових дій спортсменів .....	13
--	----

##### **Блажисівський Г. В., Савитська Н. О.**

Актуальні проблеми функціонування спортивних споруд та ефективність їх використання .....	16
---	----

##### **Бріскін А. Ю., Пігин М. С.**

Теоретична підготовка у спорті: принципи та функції .....	19
---	----

##### **Вовченко І. І., Гедзюк Д. О.**

Фізична підготовка бігунів на середні дистанції на етапі спортивного вдосконалення .....	21
--	----

##### **Гусаревич О. В., Бабій В. Д.**

Управління навчально-тренувальним процесом кваліфікованих спортсменок на основі комплексного використання додаткових засобів .....	24
--	----

##### **Задорожна О.Р.**

Пріоритетність використання алгоритмізованих навчально-ігрових засобів теоретичної підготовки юних фехтувальників .....	27
---	----

##### **Льїн В. М., Коваль С. Б., Черкес Л. І.**

Частота проявів ознак хронічної втоми у висококваліфікованих спортсменів у різних видах спорту .....	29
--	----

##### **Кафтанова Т. В.**

Оптимізація передігрової розминки в умовах сучасних високо-інтенсивних змагань з баскетболу .....	32
---	----

##### **Коваленко С. Л.**

Основи техніки греблі на байдарках для студентів вищих навчальних закладів .....	35
--	----

##### **Козіна Ж. Л.**

Застосування в спорті інформаційно-творчих технологій .....	38
---	----

##### **Козлова О. К.**

Підготовка легкоатлетів-стрибунів високої кваліфікації протягом року .....	45
--	----

## **ТЕОРЕТИЧНА ПІДГОТОВКА У СПОРТІ: ПРИНЦИПИ ТА ФУНКЦІЇ**

Бріскін А. Ю, Пітин М. С.

*Львівський державний університет фізичної культури*

**Постановка проблеми.** У відповідності з закономірностями навчально-тренувального процесу у спорті має місце послідовність при якій першочергово відбувається формування знань і уявлень, що реалізується завдяки теоретичній підготовці, та в подальшому на їх основі – умінь та навичок (Келлер В.С., Платонов В.М., 1992; Платонов В.Н., 2004). Це зумовлює актуальність розробки організаційно-методичних основ теоретичної підготовки.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** Еволюція системи підготовки спортсменів у видах спорту забезпечена значною кількістю наукових досліджень у фізичній (Платонов В.М., Булатова М.М., 1995, Линець М.М., 1997), технічній (Ахметов Р.Ф., 2006; Гавердовський Ю.К., 1991), тактичній (Греховодов В.А., 2007; Корягін В.М., 1998), інтегральній (Елевич С.Н.2009, Лісенчук Г.А., 2004), психологічній (Воронова В.І., 2007, Горбунов Г.Д., 2010) підготовці. Теоретична підготовка висвітлена частково (Строкатов В.В., 1980; Задорожна О.Р., 2014).

**Зв'язок з науковими темами та планами.** Робота виконана згідно теми 2.8 «Удосконалення підготовки спортсменів в окремих групах видів спорту» Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури та спорту на 2011–2015 рр. та теми «Основи теоретичної підготовки у спорті» плану НДР Львівського державного університету фізичної культури на 2013–2017 рр..

**Мета дослідження:** охарактеризувати сукупності принципів та функцій теоретичної підготовки у спорті.

**Методи дослідження:** теоретичний аналіз та узагальнення, педагогічне спостереження, системного аналізу, аналогії.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Ефективне функціонування системи теоретичної підготовки у спорті неможливе без визначення керівних положень та з'ясування специфіки їх впливу на контингент спортсменів. Важливим, проміжним завданням формування організаційно-методичних основ теоретичної підготовки у спорті виступає характеристика сукупності принципів та функцій.

Принципи теоретичної підготовки – це керівні положення, які відображають загальні закономірності процесу передачі та формування системи спеціальних знань спортсменів та визначають вимоги до змісту, організації і методів цього процесу. Нами визначено наступні принципи теоретичної підготовки:

Принцип особистісної орієнтації змісту визначає, що при побудові та реалізації системи теоретичної підготовки у спорті необхідно враховувати особистісні мотиви суб'єктів діяльності (персоніфікованої частини системи підготовки спортсменів) їх потреби, індивідуальні оптимальні шляхи сприймання інформації, рівень сформованості особистості, спортивної майстерності.

Принцип критичності – передбачає, що в межах теоретичної підготовки у спорті потребує формування така система знань, яка пройшла ретельний аналіз та є обґрунтованою фахівцями спорту з урахуванням специфіки змагальної діяльності, етапу багаторічної підготовки та спортивної майстерності спортсменів, шляхів передачі інформації, суспільного устрою тощо.

Принцип інформатизації – ставить за мету якісну перебудову системи передачі знань у процесі багаторічного спортивного удосконалення в напрямі використання основних здобутків науково-технічного прогресу, підготовки особистості спортсмена до існування в світовому інформаційному просторі.

Принцип економізації – полягає у зменшенні витрат учасниками процесу теоретичної підготовки, технологічній оптимізації через використання якісно нових підходів до його організації, створення й корекції існуючих засобів і методів та у використанні загальних тенденцій до зменшення використання ресурсів та/або збільшенні їх ефективності.

Принцип полісенсорності – передбачає необхідність врахування та залучення у процесі теоретичної підготовки різних шляхів чуттєвого сприйняття (або їх комплексу) спортсменів.

Принцип інтеграції – передбачає об'єднання в процесі теоретичної підготовки раніше умовно розрізаних частин та елементів системи спеціальних знань на основі їх взаємозалежності та взаємодоповнюваності й першочерговій спрямованості на вирішення завдань системи підготовки спортсменів.

Принцип контрольованості – передбачає виконання послідовних дій, які полягають у визначенні структурних взаємозв'язків між змінними системи теоретичної підготовки або її елементами на різних етапах багаторічної системи підготовки спортсменів, перманентного встановлення об'єктивного рівня підготовленості спортсменів із можливістю подальшого врахування результатів в управлінні процесом формування спеціальної системи знань.

Принцип гуманізму – полягає у необхідності в процесі теоретичної підготовки формування ставлення до особистості спортсмена як вищої цінності, життя якої орієнтується на цінності свободи, справедливості, рівності, злиття суспільних і особистих інтересів, створення умов для вільного розвитку кожної людини, створенні умов для формування кращих особистих якостей і здібностей спортсмена.

Функції теоретичної підготовки – полягають у визначенні ролі теоретичної підготовки в рамках системи багаторічного спортивного удосконалення спортсменів, яка реалізується через безпосередню діяльність суб'єкта навчально-тренувальної діяльності та його взаємодії з іншими учасниками цього процесу. Нами визначено такі



функції теоретичної підготовки:

- *когнітивна* – передбачає формування здатності до розумового сприйняття і переробки зовнішньої інформації, виявляється в активізації пізнавальних процесів спортсменів при виконанні завдань навчально-тренувальної діяльності;
  - *соціалізуюча* – пов’язується з тим, що теоретична підготовка виступає потужним інструментом соціальної та культурної інтеграції осіб, яка реалізується через безпосередню їх участь у навчально-тренувальному процесі та змаганнях;
  - *виховна* – реалізується в тому, що знання, які здобуваються в процесі теоретичної підготовки дозволяють впливати на свідомість і поведінку людей та ставлять за мету формування сукупності суспільних цінностей;
  - *комунікативна* – полягає в реалізації можливостей покращення спілкування між учасниками навчально-тренувального процесу, що виступає основою міжособистісних відносин, способом організації спільної діяльності та методом пізнання людини людиною та/або своєї професійної діяльності;
  - *мотиваційна* – визначається стимуляцією поліпшення індивідуальних (командних) результатів, розвиток відповідальності за виконання своїх функціональних обов’язків, створення атмосфери здорової конкуренції, формування поглиблених мотивів (потреб) навчально-тренувальної діяльності;
  - *гедоністична* – полягає в отриманні спортсменами задоволення від отриманої інформації, естетичної та емоційної насолоди від сприймання засобів та реалізації методів у процесі теоретичної підготовки та відповідно отриманого результату;
  - *аксіологічна* – вказує на здатність накопичення спортсменами в процесі теоретичної підготовки суспільних та особистісних цінностей і їхнього впливу на спосіб мислення і поведінку суб’єктів навчально-тренувальної діяльності;
  - *гностична* – передбачає формування здібності до вивчення і оцінки досвіду управління основними процесами у спортивній діяльності, застосування спортсменами цього в практиці власної діяльності, аналізом власного досвіду, а також досвіду своїх колег, постійній самоосвіті та підвищенні кваліфікації;
  - *діагностично-коригуюча* – вказує на з’ясування причин ускладнень, які виникають у спортсменів під час навчально-тренувальної та змагальної діяльності та у супутніх сферах діяльності, виявлення прогалини у знаннях й вміннях, особистісному становленні та виробленні на цій основі коригуючих дій, спрямованих на усунення недоліків;
  - *інформативна* – передбачає передачу, отримання, здійснення оптимального пошуку та максимальну ефективність залучення до безпосередньої діяльності спортсменів необхідної інформації;
  - *холістична* – пов’язана із здатністю системного внесення різноманітності, створення комфортних умов, сприятливої атмосфери для формування нового, відмінного від попереднього рівня спортивної майстерності спортсменів та її умовно окремого компонента – теоретичної підготовленості;
  - *самореалізації* – виявляється у реалізації спортсменами своїх можливостей, самоактуалізації, задоволенні прагнення людини до найбільш повного виявлення й розвитку своїх можливостей і здібностей, формування внутрішньої активної тенденції розвитку себе, прагнення досягнути результату на який спортсмен об’єктивно може претендувати;
  - *проектувально-конструктивна* – полягає у передбаченні й проектуванні свого життя в межах спортивної діяльності та спортивного колективу, а також формуванні власної діяльності і поведінки, перспективному вирішенні індивідуальних оздоровчих, освітніх, виховних характеристик.
- Висновок.** Роль теоретичної підготовки в рамках системи багаторічного удосконалення спортсменів реалізується у принципах (критичності, інформатизації, економізації, полісенсорності, інтеграції, контрольованості, гуманізму) та функціях (когнітивна, соціалізуюча, виховна, комунікативна, мотиваційна, гедоністична, аксіологічна, гностична, діагностично-коригуюча, інформативна, холістична, самореалізації, проектуально-конструктивна).

## ЛІТЕРАТУРА

1. Пітин М. Класифікація теоретичної підготовки за періодом реалізації / Пітин М. // Спортивний вісник Придніпров’я. – 2014. – № 3. – С. 82–85.
2. Пітин М. Принципи теоретичної підготовки у спорті / Мар’ян Пітин // Фізична культура, спорт та здоров’я нації: Зб. наук. праць. – Вінниця, 2014. – Вип. 17. – С. 532–538.
3. Санников В. А. Теоретическая подготовка боксера: учеб. пособие / В. А. Санников. – Воронеж : ВГИФК, 2003. – 211 с.
4. Строкатов В. В. Значение теоретических знаний для спортсменов в зависимости от их специализации / Строкатов В. В. // Актуальные вопросы спортивной медицины : сб. науч. тр. – К., 1980. – С. 60–63.

## АНОТАЦІЇ

### ТЕОРЕТИЧНА ПІДГОТОВКА У СПОРТІ: ПРИНЦИПИ ТА ФУНКЦІЇ

Бріскін А. Ю, Пітин М. С.

*Львівський державний університет фізичної культури*

Визначено керівні положеннями теоретичної підготовки та вимоги до них, розкрито роль цієї сторони підготовки, яка реалізується через функції.

**Ключові слова:** теоретична підготовка, принципи, функції.

**ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В СПОРТЕ: ПРИНЦИПЫ И ФУНКЦИИ**

Брискин Ю., Питын М.

*Львовский государственный университет физической культуры.*

Определены руководящие положения теоретической подготовки и требования к ним, раскрыта роль этой стороны подготовки, которая реализуется с помощью функций.

**Ключевые слова:** теоретическая подготовка, принципы, функции.

**THEORETICAL TRAINING IN THE SPORT: PRINCIPLES OF**

Briskin Y., Pityn M.

*Lviv State University of Physical Culture*

There is defined guidance and requirements for theoretical training and the role, which functions.

**Keywords:** theoretical training, principles, functions.