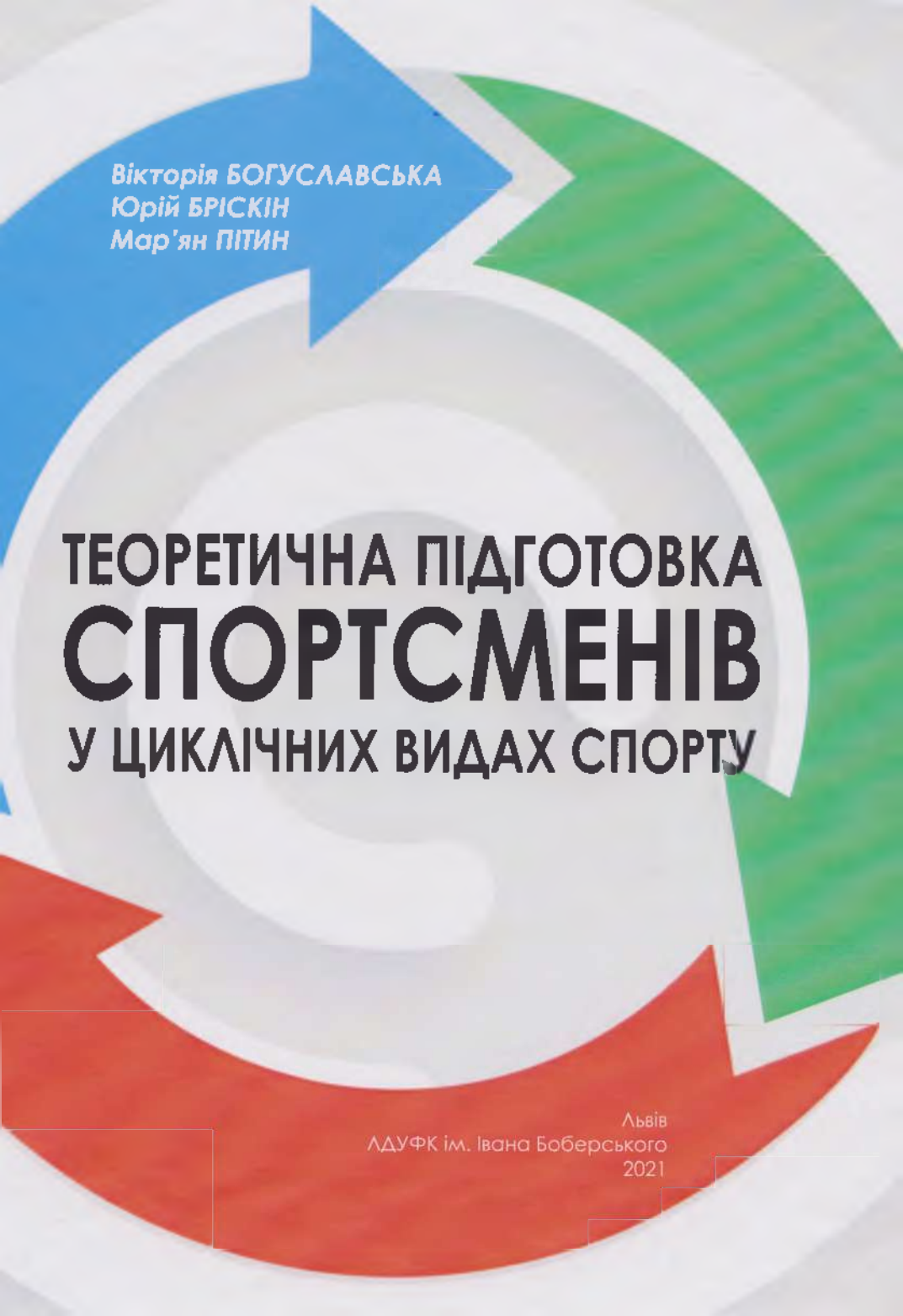




Вікторія БОГУСЛАВСЬКА
Юрій БРІСКІН
Мар'ян ПІТИН

ТЕОРЕТИЧНА ПІДГОТОВКА СПОРТСМЕНІВ У ЦИКЛІЧНИХ ВИДАХ СПОРТУ

Львів
ЛДУФК ім. Івана Боберського
2021

Вікторія БОГУСЛАВСЬКА, Юрій БРІСКІН, Мар'ян ПІТИН

**ТЕОРЕТИЧНА ПІДГОТОВКА СПОРТСМЕНІВ
У ЦИКЛІЧНИХ ВИДАХ СПОРТУ**

Монографія

**Львів
ЛДУФК ім. Івана Боберського
2021**

УДК 796.015.012.37(02)

Б74

DOI: <https://doi.org/10.31652/978-617-7336-73-9-1-339>

Рецензенти:

доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор

О. А. Шинкарук

(Національний університет фізичного виховання і спорту України);

доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор

В. М. Костюкевич

*(Вінницький державний педагогічний університет
імені Михайла Коцюбинського);*

доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор

А. В. Передерій

*(Львівський державний університет
фізичної культури імені Івана Боберського)*

Рекомендовано до друку Вченою радою

*Львівського державного університету фізичної культури
імені Івана Боберського*

(протокол від 27.04.2021 року. № 5)

Б74

Богуславська В.

Теоретична підготовка спортсменів у циклічних видах спорту : монографія / Вікторія Богуславська, Юрій Бріскін, Мар'ян Пітин. — Львів : ЛДУФК ім. Івана Боберського, 2021. — 339 с.

ISBN 978-617-7336-73-9

Монографію присвячено розв'язанню проблеми теоретичної підготовки спортсменів у циклічних видах спорту. Запропоновано структуру і зміст теоретичної підготовки спортсменів. Обгрунтовано, розроблено й експериментально перевірено інтерактивні засоби теоретичної підготовки для веслувальників на байдарках і каное на етапи початкової та попередньої базової підготовки.

Інтерактивні засоби теоретичної підготовки розміщено:
<http://bohoslavvska.com>

Для здобувачів вищої освіти, науковців, спортсменів і майбутніх тренерів-викладачів та зацікавлених осіб сфери фізичної культури і спорту.

УДК 796.015.012.37(02)

ISBN 978-617-7336-73-9

- Богуславська В.Ю., Бріскін Ю.А., Пітин М.П., 2021
- Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського, 2021

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ СКОРОЧЕНЬ.....	6
ВСТУП.....	7
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНА ПІДГОТОВКА СПОРТСМЕНІВ – КОМПОНЕНТ ДІЯЛЬНОСТІ У СФЕРІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ	9
1.1 Система підготовки спортсменів у циклічних видах спорту.....	10
1.2 Теоретична підготовка в спорті.....	21
1.3 Інтеграція наукових знань у систему підготовки фахівців.....	35
1.3.1 Інформація в підготовці фахівців із фізичної культури і спорту	35
1.3.2 Інформаційні технології нової парадигми освіти у фізичній культурі і спорті	45
РОЗДІЛ 2. ХАРАКТЕРИСТИКА ВИМОГ ДО ТЕОРЕТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ У ЦИКЛІЧНИХ ВИДАХ СПОРТУ	58
2.1 Обґрунтування вибору репрезентативних видів спорту..	58
2.2 Теоретична підготовка в легкій атлетичі (бігові види і ходьба).....	59
2.3. Теоретична підготовка у плаванні	63
2.4. Теоретична підготовка у веслуванні (академічному, на байдарках і каное).....	67
2.5. Теоретична підготовка в лижних гонках	73
2.6. Узагальнена характеристика вимог до теоретичної підготовки спортсменів у циклічних видах спорту	78
РОЗДІЛ 3. СТАВЛЕННЯ ФАХІВЦІВ ДО ТЕОРЕТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ В БАГАТОРІЧНОМУ ВДОСКОНАЛЕННІ СПОРТСМЕНІВ У ЦИКЛІЧНИХ ВИДАХ СПОРТУ.....	84
3.1. Узагальнена думка спортсменів стосовно теоретичної підготовки в циклічних видах спорту	84

3.2. Узагальнена думка тренерів-викладачів стосовно теоретичної підготовки в циклічних видах спорту	119
3.3. Узагальнена думка викладачів ЗВО стосовно теоретичної підготовки в циклічних видах спорту	173

РОЗДІЛ 4. НАУКОВО-МЕТОДОЛОГІЧНЕ ОБґРУНТУВАННЯ СИСТЕМИ ТЕОРЕТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ В ЦИКЛІЧНИХ ВИДАХ СПОРТУ..... 194

4.1. Концептуальні положення теоретичної підготовки в циклічних видах спорту.....	194
4.2. Система підготовки та підвищення кваліфікації кадрів сфери фізичної культури і спорту.....	212
4.3. Технологія теоретичної підготовки в циклічних видах спорту.....	219

РОЗДІЛ 5. СТРУКТУРА, ЗМІСТ ТА ЕФЕКТИВНІСТЬ АВТОРСЬКИХ ПРОГРАМ УДОСКОНАЛЕННЯ ТЕОРЕТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ В ЦИКЛІЧНИХ ВИДАХ СПОРТУ (НА ПРИКЛАДІ ВЕСЛУВАННЯ НА БАЙДАРКАХ І КАНОЕ)..... 225

5.1. Структура та зміст теоретичної підготовки на різних етапах підготовки спортсменів у циклічних видах спорту.....	225
5.1.1. Структура та зміст теоретичної підготовки на етапі початкової підготовки.....	225
5.1.2. Структура та зміст теоретичної підготовки на етапі попередньої базової підготовки.....	227
5.1.3. Структура та зміст теоретичної підготовки на етапі спеціалізованої базової підготовки.....	229
5.1.4. Структура та зміст теоретичної підготовки на етапі підготовки до вищих досягнень.....	231
5.1.5. Структура та зміст теоретичної підготовки на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей.....	234
5.1.6. Структура та зміст теоретичної підготовки на етапах збереження вищої спортивної майстерності й поступового зниження досягнень	236

5.2. Порівняльний аналіз змістового наповнення чинної (2007) та авторських програм у частині теоретичної підготовки у веслуванні на байдарках і каное на етапі початкової та попередньої базової підготовки	238
5.3. Авторські інтерактивні засоби теоретичної підготовки веслувальників на байдарках і каное на етапах початкової та попередньої базової підготовки.....	241
5.4. Порівняльна характеристика ефективності тренувань із застосуванням традиційних та авторських	253
5.5. Імплементація концептуальних положень теоретичної підготовки в циклічних видах спорту до системи підготовки кадрів зі спеціальності 017 «Фізична культура і спорт»	263

ВИСНОВКИ.....	269
----------------------	------------

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	273
--	------------

ПЕРЕЛІК УМОВНИХ ПОЗНАЧЕНЬ

- ДЮСШ – дитячо-юнацька спортивна школа
ЗВО – заклад вищої освіти
ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної майстерності та поступове зниження досягнень
ЗМС – заслужений майстер спорту
ЗТУ – заслужений тренер України
ІТ – інформаційні технології
КДЮСШ – комплексна дитячо-юнацька спортивна школа
КМС – кандидат у майстри спорту
МОК – Міжнародний олімпійський комітет
МРІМ – етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей
МС – майстер спорту
МСМК – майстер спорту міжнародного класу
НОК – Національний олімпійський комітет
ПБП – етап попередньої базової підготовки
ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень
ІІІ – етап початкової підготовки
СБП – етап спеціалізованої базової підготовки
СДЮШОР – спеціалізована дитячо-юнацька спортивна школа олімпійського резерву
ЦВС – циклічні види спорту
ЧСС – частота серцевих скорочень
ШВСМ – школа вищої спортивної майстерності
ФКіС – фізична культура і спорт

Розвиток сучасного спорту зумовлено напрацюванням та упорядкуванням наукових знань, які охоплюють різноманітні проблемні питання, що стосуються підготовки спортсменів і виступу їх на змаганнях. Постійні наукові пошуки нових, більш ефективних засобів і методів підготовки спортсменів, підвищення результативності та раціональності виконання змагальних вправ проявляються високими спортивними досягненнями на світовому та міжнародному рівнях [111, 360, 454, 455].

Потреба активізації навчально-пізнавальної діяльності в спорті підсилюється сукупністю вимог нормативно-правових документів, які регламентують діяльність у сфері фізичної культури і спорту в Україні: Закон України «Про фізичну культуру і спорт» [479], розпорядження Кабінету міністрів України «Про схвалення Концепції Державної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на період до 2020 року» [478] та ін.

Існує чимало фундаментальних робіт, присвячених таким сторонам підготовки спортсменів, як фізична [10, 209, 331, 627, 692], технічна [133, 319, 706], тактична [284; 592; 698, 709], психологічна [109, 688, 694, 712, 727], інтегральна [266, 649].

Разом із тим часткове розв'язання питань теоретичної підготовки спортсменів запропоновано в окремих працях [230, 591, 650, 732].

Сучасні обґрунтовані організаційно-методичні основи теоретичної підготовки в спорті (М. П. Пітин, 2015) [446] становлять потребу обов'язкової специфікації теоретичних та методичних положень відповідно до окремих груп видів спорту. Зокрема, актуальності набуває науково-методичне обґрунтування структури і змісту теоретичної підготовки у циклічних видах спорту, інформаційного наповнення складників та алгоритмів її застосування для спортсменів різної кваліфікації, а також об'єктивних критеріїв контролю за її рівнем засвоєння, що і зумовлює проблему нашої роботи.

Доцільність вибору наукової проблематики обґрунтовано на підставі положення про те, що теоретична підготовка в циклічних видах спорту повинна відповідати особливостям структури та змісту змагальної діяльності та методології підготовки спортсменів [454, 455].

Виявлену актуальну науково-прикладну проблему обґрунтування теоретико-методичних основ теоретичної підготовки в циклічних видах спорту визначено такими суперечностями:

- між доведеною потребою в теоретичній підготовці, відсутністю відповідних компонентів у програмно-нормативному забезпеченні та належним науково-методичним обґрунтуванням структури і змісту теоретичної підготовки в циклічних видах спорту;

- між загальними вимогами до контролю рівня підготовленості спортсменів та відсутністю об'єктивних критеріїв теоретичної підготовленості в циклічних видах спорту;

- між соціальним запитом щодо спеціальних професійних компетентностей здобувачів вищої освіти рівня бакалавра, магістра та доктора філософії зі спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» та відсутністю відповідного змістового наповнення навчальних дисциплін закладів вищої освіти (ЗВО) стосовно теоретичної підготовки спортсменів у циклічних видах спорту.

ТЕОРЕТИЧНА ПІДГОТОВКА СПОРТСМЕНІВ – КОМПОНЕНТ ДІЯЛЬНОСТІ У СФЕРІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ І СПОРТУ

1.1. Система підготовки спортсменів у циклічних видах спорту

До циклічних видів спорту (далі – ЦВС) прийнято відносити легку атлетику (бігові види та ходьба), плавання, веслування (академічне, на байдарках і каное), велосипедний спорт, швидкісний біг на ковзанах, шорт-трек, лижні гонки. Види спорту цієї групи характеризуються багаторазовим повторенням одноманітних циклів рухів [453, 454, 455].

Згідно наукових розвідок, наданих В. М. Платоновим, ЦВС та спортивні дисципліни по відношенню до інших груп (складно-координаційних, швидкісно-силових, єдиноборств, багатоборств, ігор) у різні роки охоплювали найбільший відсоток у програмах Ігор Олімпіад. Так, у програмах Ігор Олімпіад першого періоду, який тривав з 1896 по 1912 роки, частка ЦВС досягала 32,9 %, в період з 1920 по 1948 роки – 35,0 %, з 1952 по 1980 роки спостерігалось поступове зростання відсоткових значень від 34,9 % до 39,4 %.

На протязі цього часу з 1984 по 2016 роки відмічено деяке зниження зазначеного показника, а саме з 38,9 % до 35,0 %. Співвідношення груп видів спорту, представлених на зимових Олімпійських іграх у період з 1992 по 2014 роки, коливається від 42,2 % до 32,6 %. Зниження відсоткових значень, яке спостерігається в останні роки, обумовлено розширенням програми Ігор Олімпіад за рахунок включення нових, нециклічних видів спорту [454, 455].

Таке співвідношення видів спорту, репрезентованих у програмах Ігор Олімпіад та зимових Олімпійських іграх, свідчить про сталу зацікавленість держав світу та спортивних організацій у підтримці та популяризації серед населення саме його циклічних видів, які до того ж налічують найбільшу кількість нагород у заліку найпрестижніших комплексних міжнародних змагань. Без сумніву, усе це обумовлює велику зацікавленість серед мас у заняттях ЦВС.

Оптимальний вік для занять ЦВС варіюється від 7-8 років (плавання) до 13-15 (лижні гонки та біг на довгі дистанції) [454, 455]. Тривалість підготовки у ЦВС від моменту початку занять до досягнення результатів світового рівня у середньому становить у жінок від 6-8 (біг на короткі дистанції, плавання) до 8-9 років (біг на довгі дистанції, лижні гонки), а у

чоловіків – від 8-10 (біг на короткій дистанції) до 10-11 років (лижні гонки) [454, 455]. При цьому середній обсяг тренувальних годин сягає від 3800 (біг на короткій дистанції) до 6200 годин (біг на довгій дистанції, лижні гонки).

ЦВС відрізняються від решти груп видів спорту особливостями змагальної діяльності. Так, на спортивний результат у лижному та велосипедному спорті, деяких дисциплінах велоспорту, а також із марафонського бігу великий вплив мають зовнішні чинники (погодні умови, місцевість, на якій проводяться змагання та ін.). Зазначені фактори впливу унеможливають здійснення реєстрації рекордів, тому відбувається лише фіксація найвищих досягнень спортсменів.

Водночас більшість спортивних дисциплін у ЦВС характеризуються одночасністю початку змагальної боротьби та можливістю її корегування під час подолання дистанції. Спортивний результат залежить від ефективності різних компонентів змагальної діяльності – таких, як, наприклад, швидкість реакції, якість стартового розгону, абсолютна швидкість, фінішування.

Існує велика кількість варіантів виконання складових техніки змагальної вправи. Наприклад, у бігових видах легкої атлетики такими складовими є старт, стартовий розбіг, біг по дистанції та фінішування. У структурі змагальної діяльності плавців розрізняють старт, перехідний підводний відрізок від ковзання після старту до циклічної роботи, пропливання по дистанції, підпливання до повороту, поворот, підводний відрізок тощо [454, 455]. Особливістю ЦВС є також і спосіб визначення результату в змаганнях, а саме: він представлений одним об'єктивним чинником, яким є визначення часу подолання дистанції [535].

Як відомо, структура та зміст змагальної діяльності обумовлює спрямованість процесу підготовки спортсменів у видах спорту. З огляду на це, основними сторонами спортивної підготовки у ЦВС є фізична, технічна, тактична, психологічна, теоретична та інтегральна [125, 625, 658].

Аналіз даних наукових джерел дозволив встановити, що власне особливостям фізичної підготовки присвячено найбільшу кількість робіт [28, 29, 104, 331, 454, 646], адже від їхнього рівня розвитку, у першу чергу, залежить ефективність удосконалення інших сторін підготовки.

Удосконалення фізичної підготовленості обумовлено здатністю людини адаптуватися до інтенсивної м'язової діяльності під час виконання фізичних навантажень, що веде за собою глибокі морфологічні, біохімічні і функціональні зміни в організмі [252]. Провідною якістю у структурі фізичної підготовленості спортсменів даної групи видів спорту виступає

переважно витривалість [357, 487, 585], розвиток якої зумовлений функціонуванням дихальної та серцево-судинної систем.

Дихальна система забезпечує надходження кисню в організм та виведення надлишку вуглекислого газу, а серцево-судинна – транспортування дихальних газів кров'ю [208, 371, 373, 481, 612]. Водночас, важливу роль у підвищенні витривалості відіграють також структура м'язів, яка визначає їхню здатність адаптуватися до тривалих фізичних навантажень, та система енергозабезпечення м'язової діяльності [104, 304, 371, 425].

На думку багатьох фахівців, рівень розвитку спеціальної витривалості залежить від обсягу фізичних навантажень, їхньої інтенсивності та тривалості, ступеня стимуляції аеробних та анаеробних процесів енергозабезпечення м'язової роботи, застосованого методу тренувань. При цьому величина тренувального навантаження обумовлена співвідношенням його складових, тобто визначається його зовнішньою та внутрішньою сторонами [331, 375, 454, 535, 629].

Здійснені в цьому напрямі дослідження дозволили встановити різні зони інтенсивності тренувальної роботи, в яких враховуються такі зовнішні критерії, як темп рухів, швидкість їх виконання, час подолання тренувальних дистанцій та їхня довжина, величина обтяження, кількість підходів, серій, та внутрішні, до яких відносяться: час рухової реакції, час виконання одиночного руху, величина і характер прояву зусиль, частота серцевих скорочень (далі – ЧСС), частота і глибина дихання, вентиляція легень, серцевий викид, споживання кисню, швидкість накопичення та кількість лактату в крові та ін. [245, 265, 332, 364, 568].

Ефективність впливу фізичних навантажень у різних зонах інтенсивності на функціональні можливості та спеціальну витривалість спортсменів встановлено в цілій низці робіт авторитетних авторів [24, 304, 498, 536, 710]. У свою чергу, велику кількість наукових досліджень присвячено оптимізації тренувальних навантажень шляхом розробки програм тренувальних занять, в яких враховуються функціональні можливості спортсменів [24, 166, 377, 418, 419].

Так, здійснено спроби удосконалення фізичної та функціональної підготовленості спортсменів шляхом розробки та впровадження у навчально-тренувальний процес на різних етапах підготовки програм тренувальних занять із бігу [234, 247, 629], веслування на байдарках [51, 58, 68, 628, 686], веслування академічного [494, 505], лижних гонок [536], які враховують не лише зовнішню, але й внутрішню сторону навантаження та

цілеспрямовано стимулюють аеробні й анаеробні процеси енергозабезпечення організму спортсменів.

У науково-дослідницькій базі представлено широке коло програм диференційованої фізичної підготовки, розроблених із урахуванням індивідуальних фізичних можливостей та функціонального стану спортсменів у веслуванні на байдарках [331, 646], веслуванні академічному [417, 420], спортивному орієнтуванні [331, 631], легкій атлетиці [220, 428], біатлоні [299] та лижних гонках [194, 392].

Низкою дослідників встановлено вікові особливості фізичної та функціональної підготовленості спортсменів [151, 207], досліджено динаміку їхнього рівня у різні періоди річного макроциклу [399, 434, 552, 659, 682], доведено позитивний вплив застосування дихальних вправ під час виконання аеробних та анаеробних навантажень на функціональну підготовленість спортсменів в ЦВС [167, 685, 703].

Варто відзначити значимість робіт, у яких розглянуто функціональні зміни, що відбуваються в організмі спортсменів під впливом фізичних навантажень в умовах природньої (середньогір'я та високогір'я) гіпоксії [248, 409, 428, 526, 656].

Не менш важливими є наукові розвідки, у яких доведено ефективність фізичних навантажень циклічного характеру щодо їхнього впливу на функціональну та фізичну підготовленість за умов штучноствореного кисневого голодування, яке досягається шляхом застосування методики ендогенно-гіпоксичного дихання в тренувальному процесі плавців [174, 176, 627], велосипедистів [129, 130, 131, 409], веслувальників [20], легкоатлетів [185, 525].

Низку робіт присвячено розгляду впливу кліматичних факторів (високих та низьких температур) на показники фізичної та функціональної підготовленості спортсменів, які спеціалізуються в ЦВС [108, 103, 454, 455]. Зокрема, встановлено особливості адаптаційних реакцій організму спортсменів до фізичних навантажень за різних погодних умов [165, 394]. Також колом науковців доведено, що заняття з плавання, легкої атлетики та веслування найкраще вдосконалюють адаптивні можливості підлітків до несприятливої метеоситуації [50, 164, 165].

Шляхом застосування відновлювальних заходів та незаборонених фармакологічних метаболітотропних засобів низкою науковців здійснено спроби підвищення загальної та спеціальної витривалості спортсменів у ЦВС [27, 152, 153, 177, 553].

Не менш значущими є роботи із встановлення кореляційних зв'язків між фізичною та функціональною підготовленістю, а також

результативністю змагальної діяльності [623, 624]. Окремі студії присвячені розробці модельних характеристик фізичної та функціональної підготовленості кращих спортсменів у ЦВС [377, 434].

Чимало досліджень присвячено вивченню структури функціональної підготовленості спортсменів, які спеціалізуються у ЦВС [103, 146, 205, 208, 306, 562].

Так, за результатами деяких робіт, визначено структуру функціональної підготовленості веслувальників-академістів на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей. Остання характеризується такими чинниками, як потужність енергетичних систем організму (24,0 %), рухливість (13,7 %), економічність (13,2 %), киснева ємність функціональної системи дихання (11,3 %); рівень реалізації анаеробного потенціалу (9,7 %) та інші чинники – 28,1% [306, 465].

Згідно даних інших досліджень виявлено відмінності ступеня реалізації аеробної потужності і пов'язані з цим відмінності аеробної продуктивності в природних та лабораторних умовах, які моделюють змагальну діяльність у веслярів та велосипедистів [208]; в окремих із них сформовано структуру функціональної підготовленості юних бігунів на середні дистанції в річному макроциклі [212].

Наведені вище роботи ґрунтуються на фундаментальних положеннях, висвітлених у дисертаційному дослідженні Булатової М. М. (1997). Вченою доведено, що роль таких факторів структури функціональної підготовленості системи енергозабезпечення, як потужність, ємність і реалізація, рухливість, стійкість та економічність залежить від довжини змагальних дистанцій, на яких спеціалізуються спортсмени, та рівня їхньої підготовленості (кваліфікації). Такий висновок зумовлює необхідність диференціації тренувальних навантажень залежно від схильності спортсменів до аеробної, анаеробної або змішаної роботи [103].

Зазначена вище думка знайшла підтвердження і в роботах інших авторів. Вони проаналізували найбільш значущі показники, що характеризують аеробну та анаеробну потужність, анаеробну ємність, потужність та економічність, і вказали на суттєві відмінності між функціональними показниками плавців стасрів та спринтерів [488].

У свою чергу, здійснений факторний аналіз структури фізичної підготовленості лижників-гонщиків довів, що у спортсменів, які виступають на традиційних (довгих) дистанціях переважають аеробні можливості, а у спортсменів, які спеціалізуються на спринтерських дистанціях, домінує фактор ефективності м'язової діяльності та анаеробних можливостей, які визначають швидко-силову витривалість [392].

Водночас, у кваліфікованих веслярів на байдарках найважливішими структурними компонентами фізичної підготовленості вчені констатують рівень розвитку спеціальних силових якостей, потужності і швидкості метаболічних (аеробних та анаеробних) процесів утворення енергії, реалізаційних можливостей швидкісно-силового потенціалу [110, 337, 535, 562].

Загалом, компонентами спеціальної витривалості спортсменів, які спеціалізуються на коротких та середніх дистанціях, є швидкісна і силова витривалості [146, 147, 202]. Отже, їхній рівень розвитку є релевантним чинником, що впливає на спортивний результат [328, 339, 492].

Не менш важливим фактором підготовки спортсменів у ЦВС виступає швидкісно-силова підготовка. Вона охоплює велику різноманітність засобів та методів, спрямованих на розвиток здатності спортсмена переборювати зовнішній опір під час виконання швидких рухів [193, 247, 492, 544]. Чимало робіт присвячено її вдосконаленню у спортивному плаванні [195, 692, 729], у бігових видах легкої атлетики [41, 78, 250, 276, 334], у веслуванні [535], у лижних гонках [290, 408, 434, 637].

Разом із тим, на думку В.І. Бобровнік та Я.П. Тихоненко [2019] [43], з якими погоджуються й інші автори [146, 202, 339, 434, 577], саме збалансованість є визначальним компонентом спеціальної витривалості.

Цей факт пояснюється тим, що енергетичне забезпечення скорочень м'язів здійснюється за рахунок як алактатного, так і гліколітичного та анаеробного процесу. Розвинуті на високому рівні силові якості дозволяють спортсменам, незважаючи на зростаючу втому, не знижувати швидкість подолання дистанції, а й прискорюватися на фініші [43, 143].

Завдяки зусиллям науковців визначено структуру силових якостей підготовленості спортсменів на різних етапах багаторічного спортивного вдосконалення у ЦВС та встановлено переважну спрямованість її розвитку. Так, учені наполягають на тому, що силова підготовка у ЦВС повинна бути спрямована на розвиток швидкісної (вибухової) сили, максимальної сили та швидкісно-силової витривалості [43, 524].

Фахівцями доведено, що від рівня швидкісної (вибухової) сили залежить амплітуда рухів спортсмена; тобто у кваліфікованих спортсменів амплітуда рухів буде більшою, ніж у менш кваліфікованих. Вона чинить вплив на швидкість подолання дистанції спортсменів однієї кваліфікації швидкість подолання дистанції зростає саме за рахунок збільшення амплітуди рухів, а не за рахунок їхньої частоти [110].

Також дослідниками встановлено, що рівень розвитку та здатність до реалізації максимальної та швидкісної (вибухової) сили є важливими

важливими під час подолання спринтерських дистанцій, виконання старту, поворотів та фінішу. Такий різноманітний прояв сили під час подолання змагальних дистанцій необхідно враховувати в тренуваннях, добираючи відповідні засоби підготовки, які широко представлені у науково-методичній літературі [290, 370, 449, 515].

Для підвищення силових можливостей спортсменів, які займаються ЦВС, застосовують засоби загальної, допоміжної та спеціальної силовій підготовки. Домінуючими серед них є вправи динамічного (анізотонічного) характеру, хоча поряд із ними використовуються і статичні вправи (ізометричні). У свою чергу, динамічні вправи поділяються на концентричні, ексцентричні, ізокінетичні, балістичні, пліометричні. Зазначені вправи складають основу методів розвитку силових якостей [449, 454, 455].

Серед інших результатів наукових розвідок варто відзначити факт доведення переваги поєднання різних методів силовій підготовки порівняно з підготовкою, основою на застосуванні одного з методів розвитку сили. У силовій підготовці представників ЦВС найефективнішим є застосування концентричного та пліометричного методів [454, 455, 540].

Отже, швидко-силова підготовка зумовлює рівень розвитку спеціальної витривалості [398, 464]. Разом із тим, науковці наполягають на існуванні залежності між швидко-силовою підготовленістю та рівнем оволодіння спортивною технікою [288, 492, 648]. Крім того, швидко-силові здібності забезпечують підтримання необхідної швидкості пересування під час подолання змагальної дистанції.

Швидкісні можливості у ЦВС обумовлені ходом змагальної боротьби і проявляються у виконанні рухів із високою частотою. Важливими також є й інші елементарні форми прояву швидкості, а саме: час реакції та час виконання окремих рухів. Для покращення швидкісних можливостей у ЦВС перевага надається вправам, що потребують швидкої реакції, високої швидкості виконання окремих рухів, максимальної частоти рухів [196, 559].

Водночас, для спортсменів, які займаються ЦВС, дуже важливою характеристикою є здатність володіти своїм тілом, яка досягається завдяки високому рівню розвитку координаційних здібностей та проявляється в утриманні динамічної рівноваги, в умінні орієнтуватися в просторі та своєчасно реагувати на зміну ситуації, визначати необхідні амплітуду, темп та ритм своїх рухів, в узгодженні рухів руками та ногами, у співвідношенні між різними фазами циклу рухів рук та ніг, у відчутті зусиль, що розвиваються [323, 324, 370, 504].

Високий рівень розвитку координаційних здібностей дозволяє спортсменам швидко засвоювати нові елементи техніки, розслабляти м'язи, не задіяні у виконанні змагальної вправи, вміло використовувати функціональні можливості системи енергозабезпечення, проявляти швидкість, силу та витривалість, що дає змогу досягнути високих спортивних результатів [336, 370, 449].

У науковій літературі є навними відомості про структуру координаційних здібностей спортсменів у ЦВС, яку складають сприйняття та аналіз власних рухів, наявність образів, динамічних і просторово-часових характеристик рухів власного тіла та його частин, розуміння поставлених рухових завдань та формування плану їхнього виконання. До того ж, дослідниками визначено фактори, що обумовлюють рівень розвитку координаційних здібностей, серед яких: м'язово-суглобна чутливість, моторна (рухова) пам'ять, ефективна внутрішньом'язева і міжм'язева координація, готовність аналізаторів адаптуватися до специфічних особливостей виду спорту [32, 266, 449, 450]. Вартими уваги є розроблені різноманітні методики розвитку координаційних здібностей спортсменів у ЦВС [163].

Не можна залишити поза увагою й той науково доведений факт, що у ЦВС найвищі результати показують ті спортсмени, які мають високий рівень сенсорно-перцептивних можливостей, що реалізуються через спеціалізовані чуття, якими у плаванні і веслуванні є чуття води, у бігу на ковзанах – чуття льоду, у лижних гонках – чуття снігу, у бігових вишач легкої атлетики – чуття доріжки тощо [266].

Варто також згадати окремі наукові розвідки щодо визначення основних напрямів удосконалення координаційних здібностей спортсменів. Отже, у ЦВС є вправи, спрямовані на підвищення технічної майстерності і головною вимогою, що висувається до них, є різноманітність, складність, новизна та нетрадиційність [10, 266, 449, 450, 531, 532].

Існують роботи, присвячені оцінці, діагностиці та контролю координаційних здібностей у ЦВС [323, 324, 341, 504], встановленню чутливих періодів розвитку різних видів координаційних здібностей [454, 455, 564] та відмінностей у їхньому розвитку для спортсменів на різних етапах підготовки [504], а також виявленню взаємозв'язків між рівнем розвитку окремих координаційних здібностей та результатом подолання змагальних дистанцій [504].

Не менш важливу роль у підвищенні рівня спортивної майстерності спортсменів, що спеціалізуються у ЦВС, відіграє гнучкість. Недостатній розвиток гнучкості обмежує амплітуду рухів, знижує економічність роботи

й ефективність розвитку сили, швидкості та координації рухів, а також уповільнює процес засвоєння елементів техніки обраного виду спорту [10, 449, 450].

Високий рівень розвитку гнучкості хребта, а також рухливості у плечовому та ліктьовому суглобах при поворотах тулуба забезпечує веслування з максимально можливою амплітудою рухів, що дає можливість збільшити довжину гребка [225, 370]. Досягнення високих спортивних результатів у плаванні неможливе без розвитку рухливості у плечових та гомілково-ступневих суглобах.

Водночас, різні способи плавання висувають свої вимоги до рухливості певних суглобів. Так, у кролі на грудях та брасі важливим є розвиток гнучкості шийного відділу хребта, у той час, як досягти високих результатів у плаванні брасом неможливо без підвищення рухливості у кульшових, колінних та гомілково-ступневих суглобах. У батерфляї особливі вимоги висуваються до шийного, грудного та поперекового відділів хребта [144]. Зокрема, методику розвитку пасивної та активної гнучкості та контроль за рівнем її розвитку у ЦВС доволі детально описано у наукових джерелах [144, 449, 450].

Ступінь удосконалення координаційних здібностей, спритності, гнучкості та рухливості у суглобах, а також швидкість та сила обумовлюють технічну майстерність спортсменів [454, 455, 504, 532, 626]. Як продемонстровано у низці досліджень, зазначені якості у сукупності неодмінно призводять до зростання спортивного результату [246, 642, 648].

Щодо спортивної техніки у ЦВС, зауважимо, що вона має складну структуру, й оволодіння нею є обов'язковою умовою на шляху до спортивних досягнень [369, 413, 589, 648]. Безумовно, пошуки нових шляхів удосконалення технічної підготовленості спортсменів у ЦВС знайшли відображення у великій кількості науково-дослідних робіт [237, 369, 395]. Зокрема ученим вдалося визначити особливості структури технічної майстерності спортсменів, що знаходяться на різних етапах багаторічного спортивного удосконалення і, відповідно, відрізняються за її рівнем [456]. В інших роботах з'ясовано та описано фактори, що визначають результативність техніки, описано етапи та стадії становлення технічної майстерності атлетів [449, 450, 454, 455].

Чимало робіт присвячено підбору методів і засобів технічної підготовки [201, 233, 249, 251, 506, 588], а також розробці методів програмування і корекції техніки [81, 486]. За допомогою відеоматеріалів та кінограм здійснено аналіз техніки кваліфікованих спортсменів [232, 300, 442, 576], що, в свою чергу, дозволило визначити модельні характеристики

технічної підготовленості спортсменів високої кваліфікації [75, 76, 133]. Не менш значимими є праці, в яких описано сформовано систему педагогічного контролю технічної підготовленості спортсменів [292, 322, 580, 671].

До теперішнього часу накопичено доволі великий обсяг інформації, присвячений розробці програм (моделей) тренувальних занять, спрямованих на вдосконалення техніки в ЦВС [75, 76, 251, 565]; окремих дослідниками розроблено індивідуальні біомеханічні моделі техніки кваліфікованих спортсменів [237].

У пошуках способів удосконалення технічної майстерності бігу ученим вдалося довести її ефективність шляхом застосування за тренувальних заняттях різноманітних технічних засобів, як наприклад звукової та зорової термінової інформації [251] та тренажерів полеглиувального лідирування [233].

На прикладі веслування на байдарках встановлено вплив різних параметрів рухової діяльності спортсменів на ефективність виконання робочої фази циклу гребка [96]. Також вдалося дослідити залежність сили опору середовища від швидкості руху байдарки для веслярів з різною масою тіла [73].

Здійснено спробу вдосконалення технічної підготовленості кваліфікованих веслувальників на байдарках шляхом збільшення кількості годин у річному циклі тренувань, відведених на технічну підготовку, та завдяки запровадженню контролю за кількісними показниками кінематичної структури веслувальних рухів [223, 224].

В низці дослідницьких експериментів доведено залежність структури техніки спортсмена від спортивного інвентаря та обладнання (стара та нова конструкції), що використовується в деяких ЦВС (лижні перегони, велосипедний спорт, усі види веслування). Не можна залишити поза увагою той факт, що з удосконаленням технологій виготовлення спортивного інвентаря і появою його нових типів техніка подолання змагальних дистанцій суттєво змінилася, що посприяло зростанню спортивних результатів [141, 223, 224, 693]. Не менш важливим чинником, який детермінує спортивний результат, є також і екіпіровка спортсменів [222, 454, 455].

Серед науково-дослідної літератури є також роботи, у яких розглянуто можливі варіанти узгодження рухів рук та ніг у спортивному плаванні [531, 554] або приділено увагу корекції положення тіла спортсмена під час виконання старту [516] та поворотів [287, 531, 571].

Разом із тим, успішність виступів спортсменів у групі ЦВС залежить не лише від рівня фізичної та технічної підготовленості, а й від умов

спланованої й реалізованої тактики. Як відомо, спортивна тактика відіграє інтегруючу роль відносно інших сторін підготовленості спортсменів. Процес тактичної підготовки поєднує в собі всі інші складники майстерності атлетів. Рівень оволодіння технічними прийомами та діями, розвиток фізичних якостей, особливості психологічного стану, ступінь знань спортсменів із обраного виду спорту обумовлюють їхню тактичну майстерність [266, 412, 454, 455, 602].

Основним завданням тактичної підготовки в ЦВС є підготовка спортсменів до реалізації розроблених схем подолання змагальних дистанцій. Тому формування тактичної майстерності спортсменів у ЦВС здійснюється на усіх етапах багаторічного спортивного вдосконалення [236, 329, 400, 604, 605, 606]. Разом із тим, найбільше уваги підвищенню тактичної підготовленості приділяється саме на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей, тобто у той час, коли спортсмен готується до найвищих досягнень. Це пояснюється тим, що рівень фізичної і психологічної підготовленості, знань спортсменів, а також їхньої технічної майстерності дозволяє оволодіти різноманітними варіантами ведення змагальної боротьби [454, 455].

У науковій літературі розглянуто широке коло різновидів тактики подолання змагальних дистанцій. Більш того, дослідники визначили найефективніші з них залежно від специфіки виду спорту, довжини змагальної дистанції, умов змагальної боротьби, а також техніко-тактичної, фізичної та психологічної підготовленості спортсменів [370, 449, 450, 454, 455].

У теперішній час науковцями запропоновано доволі різноманітні засоби оволодіння й удосконалення тактичних дій спортсменів у ЦВС, якими є спеціально-підготовчі та змагальні вправи. Під час багаторазового виконання таких вправ здійснюється контроль за швидкістю і часом подолання відрізків, темпом рухів, величиною зусиль, відстанню, що долається за один цикл рухів тощо [250, 288, 412, 449, 492].

Важливим внеском у розробку вище згаданих технік стала запропонована Л. П. Матвєєвим (1977) [361] система вправ та методичних підходів до формування спортивної тактики, що полягає у виконанні змагальних вправ у різних умовах: такі, що полегшують або ускладнюють реалізацію тактичного плану; швидка зміна ситуації; прогресуюча втома та ін.

Висвітлення результатів аналізу техніко-тактичних дій спортсменів під час участі у змаганнях дозволило: встановити розподіл зусиль спортсменів в ході подолання змагальної дистанції; визначити фактори, від

яких залежить реалізація тактичного плану та розробити моделі техніко-тактичних дій кращих спортсменів [236, 348].

Низкою вчених започатковано та експериментально перевірено методики формування техніко-тактичної майстерності у ЦВС [279, 288, 412, 431, 492].

Утім, як свідчать аналітико-емпіричні дані, крім вище згаданих сторін підготовки одне з провідних місць у тренувальному процесі спортсменів, які спеціалізуються в ЦВС, займає психологічна підготовка [329, 400, 604, 605, 606, 694].

Рівень психологічних властивостей обумовлює здатність спортсмена до реалізації свого творчого потенціалу, підбору необхідної спортивної техніки та тактики, адаптації до психологічних і фізичних навантажень в умовах змагань та тренувань. Психологічне самопочуття спортсменів безпосередньо пов'язане із результативністю змагальної діяльності [109].

За часів СРСР чимало дослідників присвятили свої роботи вивченню психологічних особливостей спортсменів, які спеціалізуються в ЦВС [26, 48, 348, 546], пошуку шляхів удосконалення їхньої психологічної підготовки [169, 271, 391], визначенню оптимальних методів оцінки рівня їхнього психологічного стану [314], дослідженню впливу фізичних навантажень на психічні процеси спортсменів [159].

У наш час питання вдосконалення психологічної підготовки спортсменів у ЦВС також не втратило своєї актуальності [161, 677]. Важливу роль в її покращенні, зокрема й у спортсменів із ЦВС, відіграла опублікована науково-методична література, в якій описано наступні здобутки вчених: детальний опис психологічної структури спортивної діяльності [109, 240]; визначення найважливіших рис характеру, притаманних найсильнішим спортсменам [160, 161, 483, 484]; аналіз якостей психіки та напрямів психологічної підготовки спортсменів [159; 315; 326]; дослідження проблеми формування мотивації до занять спортом [496, 497]; розробка ефективних методів та засобів психологічної підготовки, відновлення та контролю за психологічною підготовленістю спортсменів [315]; виокремлення станів змагальної готовності та опис можливості управління ними, а також встановлення психологічних особливостей спортсменів чоловічої та жіночої статі тощо [109, 315; 326].

Як відомо, результативність змагальної діяльності залежить не лише від рівня фізичної, технічної, тактичної, психологічної підготовленості спортсменів, а й від рівня їхніх знань із обраного виду спорту, який, у свою чергу, обумовлює здатність спортсмена до прийняття рішення та уміння підібрати необхідні для досягнення мети засоби. І хоча інтегративні

властивості об'єднують у єдине ціле вміння, навички, знання та досвід, пов'язані з різними сторонами підготовленості [454, 455], утім, наукові дослідження з теоретичної підготовки в ЦВС мають дискретний характер [56, 59, 60, 591].

Разом із тим, учені наголошують, що рівномірність підготовки є дуже важливою, адже наявність хоча б однієї слабкої ланки у підготовленості спортсменів може негативно вплинути на спортивний результат. Крім того, слід враховувати існуючий взаємозв'язок між сторонами підготовленості спортсменів.

Кожна зі сторін не проявляється ізольовано, прослідковується пряма залежність рівня розвитку однієї сторони підготовленості спортсмена від рівня розвитку інших. Здатність спортсмена швидко сприймати та систематизувати отриману інформацію обумовлює його рівень теоретичної підготовленості, техніко-тактичної майстерності, психологічної стійкості та здатності до рефлексії. Остання впливає на його рішення щодо застосування тієї чи іншої рухової дії, особливо коли процес трансформації отриманої інформації утруднюється конфліктністю змагальної діяльності [266, 453].

1.2. Теоретична підготовка у спорті

Як слушно зауважує у своїх фундаментальних роботах В. М. Платонов, (2004, 2015), метою спортивної підготовки є досягнення спортсменом максимально можливого рівня техніко-тактичної, фізичної, психологічної підготовленості, обумовлених специфікою виду спорту [453]. Разом із тим, це може стати нездійсненним, якщо не мати певного рівня знань із певного виду спорту. Аналізуючи кожний із напрямів підготовки, фахівці встановили необхідність отримання спеціальних знань із техніки і тактики, з розвитку фізичних якостей, знань та вмінь управляти своїми психологічними станами під час тренувань та змагань [99, 120].

Розв'язання цих завдань здійснюється в ході теоретичної підготовки, яка є своєрідною базою для всіх інших сторін підготовки та передбачає озброєння спортсмена спеціальними знаннями для успішної тренувальної та змагальної діяльності. Теоретична підготовка охоплює всі аспекти знань: з історії, теорії та методики спорту взагалі і даного виду спорту зокрема, фізіології, психології, соціології, гігієни, біомеханіки фізичних вправ, лікарського контролю, правил організації та суддівства спортивних змагань тощо. Теоретична підготовка здійснюється як на навчально-тренувальних заняттях у вигляді лекцій, бесід, семінарів, доповідей та повідомлень,

вивчення кінограм, перегляду відеозаписів, так і під час самостійного опрацювання відповідної літератури [125, 446, 625, 658].

Існує думка, що на ранніх етапах спортивного вдосконалення збільшення кількості занять, на яких здійснюється передача теоретичних знань, сприяє високим спортивним результатам у старшому віці [99]. Водночас, ігнорування теоретичної підготовки призводить до нерозуміння спортсменом суті виконуваних завдань на тренувальних заняттях, яке, у свою чергу, породжує пасивність і призводить до механічного повторення вправ та завдань.

Відомо, що відсутність активності та творчого підходу спортсмена до виконання тренувальних завдань порушує зворотний зв'язок у системі "тренер-спортсмен" та знижує ефективність занять, що унеможливорює досягнення високих спортивних результатів [669]. З огляду на це, теоретична підготовка у тренувальному процесі є найголовнішою стороною в практичній реалізації принципу свідомості [413, 414].

Підготовка спортсмена – тривалий процес навчання та виховання, під час якого відбувається систематична передача знань від тренера до спортсмена. Він забезпечує формування та вдосконалення необхідних для спортсмена знань, умінь та навичок одночасно з вихованням фізичних, вольових, моральних якостей особистості, необхідних для зростання спортивної майстерності [360].

Теоретичні знання сконцентровані у спеціальних навчальних дисциплінах, що склалися у сфері спорту, а також включають у себе систему знань із гуманітарних наук, природничих дисциплін, пов'язаних із пізнанням та науковим забезпеченням спортивної практики, а також інтелектуальних умінь та навичок, які сприяють формуванню переконань та розвитку пізнавальних здібностей у процесі спортивної діяльності [99].

Здійснений аналіз та синтез наукової літератури дали змогу М. П. Пітину визначити основні завдання теоретичної підготовки в спорті. Отже, згідно з ученим, вони включають наступне: передачу спеціальних знань, що складають основу для формування необхідних спортсменам умінь та навичок; оволодіння знаннями з практичного досвіду, включаючи інструкторську та суддівську практики; підвищення компетентності спортсменів у тренувальній та змагальній діяльності; забезпечення всебічного та гармонійного розвитку особистості; усвідомлення необхідності у веденні здорового способу життя; формування прагнення до самореалізації; підвищення значення спорту як соціального явища; зростання свідомого ставлення до занять спортом та патріотизму [295, 446].

З окресленими вище завданнями погоджуються й інші автори, які стверджують, що високий рівень теоретичної підготовленості є передумовою виховання потреби у заняттях фізичними вправами; він сприяє якісному оволодінню руховими навичками, формуванню потреби до фізичного вдосконалення й усвідомленого ставлення до свого здоров'я, а також забезпечує гармонійний розвиток особистості спортсмена [6, 664, 665].

Водночас автори підкреслюють, що у двосторонньому педагогічному процесі передачі знань їхня якість та глибина залежить від високого рівня теоретичної підготовленості самого тренера, його інтелектуального розвитку, професійних знань та умінь, ерудиції та загальної культури [99, 407, 457].

Не менш важливе значення мають і комунікаційні здібності тренера. Мистецтво спілкування є невід'ємною частиною його роботи, оволодіння якою забезпечує не лише обмін інформацією між тренером і спортсменом, а й установлення довіри між ними, що виступає одним із найважливіших факторів на шляху до успіху. Кожен спортсмен воліє бачити у своєму наставнику освічену, культурну людину, здатну відповісти на будь-яке питання. Здобутий тренером високий авторитет дозволяє йому застосовувати у своїй роботі такі дієві методи, як переконання, заохочення і покарання [407].

На жаль, незважаючи на переконання науковців, що саме через знання досягаються найвищі спортивні результати, і що з перших кроків у спорті освіта спортсменів повинна випереджати практику та бути основою для саморозвитку [99], а управління процесом тренування спортсменів, у першу чергу, вищої майстерності повинно здійснюватися самим спортсменом на фундаменті високого рівня знань із обраного виду спорту, все ж у спеціальній літературі та документальних матеріалах висвітлення даного виду підготовки має фрагментарний характер [443, 444, 445, 446].

Підтверджує зазначений факт і опитування фахівців-практиків та спортсменів із різних видів спорту, яке показало, що цьому виду підготовки приділяється недостатньо уваги [99, 443, 444, 445, 446]. Так, наприклад, у спортивних іграх (футбол, баскетбол, теніс) спортсмени приділяють більше часу спортивному вдосконаленню ніж отриманню певних знань [150]. Також проведений О. В. Жирновим та А. А. Бондарь (2011) порівняльний аналіз думок експертів стосовно впливу різних видів підготовки на спортивний результат у веслуванні академічному та веслуванні на байдарках і каное засвідчив, що у цих видах спорту теоретична підготовка за своєю значимістю займає останнє місце [222],

хоча на вдосконаленні засад теоретичної підготовки у ЦВС наполягають А. Ю. Дяченко (2005) [207], В. В. Строкатов, М. М. Чаплінський (1985) [573], І. Ячнюк, Ю. Ячнюк (2017) [681].

Необхідність удосконалення теоретичної підготовки у різних групах видів спорту зумовлена потребою в розумінні спортсменом сутності спортивної діяльності, її ролі не тільки у створенні власного «я», а також у впливі на соціально-економічні та політичні відносини в суспільстві, що значно підвищує мотивацію до спортивної діяльності та неминуче призводить до зростання спортивної майстерності на різних етапах багаторічної підготовки [83, 230, 266, 446].

У нашій державі підготовка спортсменів регламентується державними навчальними програмами для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ та училищ олімпійського резерву, зміст яких складається з теоретичного і практичного розділів підготовки. Навчальний матеріал і кількість годин на кожну тему з теоретичної підготовки повинен розподілятися на весь період навчання спортсменів у спортивних школах. Це дає тренерам можливість користуватися єдиною тематикою і виробляти єдиний напрямок у проведенні теоретичних занять: від етапу ПП до етапу ПдВД. Теоретичний матеріал, зазначений у навчальних програмах, вміщує мінімальний обсяг інформації, яким повинен оволодіти спортсмен під час навчання у спортивній школі [329, 400, 604, 605, 606].

Разом із тим, чимало науковців наголошують на невідповідності програмно-методичного забезпечення тренувального процесу юних спортсменів сучасним вимогам до спортивної підготовки [136, 407, 344, 446]. Переважна більшість навчальних програм для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ системи Міністерства освіти і науки України з видів спорту (плавання 1995 рік, баскетбол 1999 рік, бокс 2004 рік, футбол 2003 рік, волейбол 2006 рік, волейбол пляжний 2003 рік та ін.) мають давній термін видання й потребують раціоналізації шляхом застосування наукових підходів до побудови та управління навчально-тренувальним процесом на усіх етапах багаторічного спортивного удосконалення [136].

На підставі комплексного розгляду інформації щодо стану теоретичної підготовки у різних видах спорту, яку отримано з навчальних програм для ДЮСШ, СДЮШОР та ШВСМ, доктор наук із фізичного виховання та спорту М.П. Пітин (2015) [446] виділяє наявність таких проблем, як:

- невідповідність обсягів тренувального навантаження та теоретичної підготовки протягом усіх років тренування спортсменів у веслувальному спорті;

- нерівномірність представлення програмного матеріалу на різних етапах підготовки у лижних перегонах;

- відсутність інформації щодо контролю за теоретичною підготовленістю спортсменів-стрибунів на лижах із трампліна, а саме: не відображено інформацію про його проведення, зміст та критерії оцінювання;

- відсутність методологічного обґрунтування рекомендацій із використання засобів і методів теоретичної підготовки у важкій атлетиці;

- відсутність цілісного підходу до висвітлення та розгляду теоретичної підготовки в системі багаторічного вдосконалення у гірськолижному спорті;

- відсутність узгодження та взаємозв'язку більшості інформаційних блоків на різних етапах багаторічного удосконалення у стрільбі з лука;

- нехтування етапністю у поданні інформації, структуризацією та взаємозв'язками розділів і блоків, а також відсутність об'єктивно обґрунтованих методів та засобів теоретичної підготовки спортсменів у фехтуванні та тхеквондо ВТФ;

- відсутність чітких критеріїв контролю теоретичної підготовленості волейболістів;

- відсутність інструкторської практики, диференціації розділів знань за етапами підготовки, критеріїв контролю у хокеї з шайбою;

- відсутність поточного та етапного контролю успішності та методологічної складової в теоретичній підготовленості спортсменів у лижному двоборстві.

Такий стан речей зумовив ученого сформулювати загальну концепцію теоретичної підготовки у спорті та виділити чотири ієрархічних складники: рівень передумов (система підготовки спортсменів і керівні положення педагогічного та навчально-тренувального процесів), рівень базису (система теоретичної підготовки, розділи підготовки спортсменів та етапи багаторічного спортивного вдосконалення), рівень реалізації (принципи, завдання, функції, реалізаційні положення, методи, засоби, форми, умови реалізації, контроль та реалізаційно-визначальні елементи: окремі розділи підготовки спортсменів та конкретизовані етапи багаторічної підготовки); рівень результату (когнітивний, методологічний, психологічний, комунікативний та інтегральний компоненти).

Отже, розробка та обґрунтування даної концепції створює основу для подальшого вдосконалення структури та змісту теоретичної підготовки в конкретних видах спорту [446].

Разом із тим, у доступній нам літературі представлено й інші підходи до удосконалення структури і змісту теоретичної підготовки спортсменів. Так, диференціювання теоретичної інформації на категорії: оцінювальну, діагностувальну, навчальну, орієнтувальну, мобілізувальну, організаційно-нормативну було запропоновано Ю. М. Шкретієм [666], а В. М. Костюкевичем – на загальнотеоретичну (загальні науково-методичні основи теорії фізичного виховання і спорту) та спеціально-теоретичну (теоретико-методичні закономірності спортивного тренування футболістів) [298].

У роботі О. Р. Задорожної (2015) здійснено обґрунтування наукових положень щодо формування теоретичної підготовленості та доцільності комплексної теоретичної підготовки фехтувальників на етапі попередньої базової підготовки (далі – ПБП). Дослідницею встановлено пріоритетність змістових компонентів інформаційних блоків та систематизовано їхні розділи [230].

У своєму дисертаційному дослідженні І. Г. Максименко (2012) здійснив спробу оптимізації теоретико-методичних положень системи багаторічної підготовки в спортивних іграх. Розроблена науковцем технологія використання електронних підручників і комп'ютерних програм у системі багаторічної підготовки юних футболістів не лише ефективно підвищила їхній рівень теоретичної та техніко-тактичної підготовленості, а й позитивно вплинула на швидкість сприйняття та засвоєння інформації спортсменами [346].

Для підвищення якості засвоєння знань дітей 6-7 років із міні баскетболу В. М. Онищенко пропонує застосовувати такі засоби теоретичної підготовки, як презентація, творчі завдання, міні лекції, а також спеціально розроблені автором зошити, які містять зміст теоретичного матеріалу та завдання для самостійної роботи, що полягає у самостійному виконанні юними спортсменами малюнків майданчика, спортивного інвентарю та екіпіровки спортсменів, розв'язуванні кросвордів на спортивну тематику та ін. [421].

Був здійснений пошук у напрямі теоретичної підготовки й у важкій атлетиці. Зокрема, А. А. Орловим (2009) представлено структурні блоки теоретичної та технічної підготовки для дівчат 8-10 років. При цьому блок теоретичних знань містить дев'ять тем, з якими повинні ознайомитися юні спортсменки [422].

Виявлені намагання С. І. Белих (2005) удосконалити теоретичну підготовку і для кікбоксерів за рахунок корекції та контролю техніко-тактичної підготовленості, які здійснювалися шляхом розробки та

впровадження комп'ютерної програмно-апаратної системи з відео- та аудіо-зворотнім зв'язком [33].

Також існують відомості, що в роботі з юними дзюдоїстами є нагальна необхідність чергування теоретичних занять із фізичними навантаженнями, що дозволяє збалансувати навчально-тренувальний процес [650].

В проаналізованій нами літературі в системі спортивного вдосконалення поряд із іншими сторонами підготовки спортсменів виявлено ще одну складову – інтелектуальну підготовку, яка, на думку багатьох фахівців, є не менш важливою, тому що високий рівень розвитку інтелектуальних здібностей сприяє прояву творчого потенціалу спортсменів у тренувальній та змагальній діяльності [266, 376].

В окремих роботах також доведений взаємозв'язок між інтелектуальними здібностями та руховою активністю. Зокрема показники академічної успішності у дітей та підлітків, які ведуть активний спосіб життя і займаються різними видами спорту, зазвичай перевищують показники дітей, які не є спортсменами [584, 585].

Поняття інтелекту у науковій літературі розглядається як відносно стійка структура розумових здібностей особистості, що є системою розумових операцій, спрямованих на вирішення проблем із індивідуальним підходом до ситуації, яка вимагає пізнавальної активності. Водночас, рівень розвитку інтелекту формує інформаційний потенціал знань кожного індивіда, отриманий у результаті функціонування його свідомості, мислення та розуму [155, 291, 558, 635].

Інтелектуальній підготовці присвячено чимало наукових робіт. Проте деякі автори, визначаючи основною вимогою до інтелектуальної підготовки спортсменів підвищення їхнього рівня знань, схильні ототожнювати цей вид підготовки спортсменів із теоретичною підготовкою [187, 397, 630].

Зокрема, М. П. Пітин (2015) [446] розглядає інтелектуальну підготовку «як підґрунтя для якісного освоєння самостійного розділу підготовки спортсменів власне теоретичної підготовки». Така думка співпадає з твердженням Л. П. Матвєєва (1977) [361], який акцентує увагу на тому, що частину теоретичної підготовки спортсменів складає інтелектуальна освіта.

А. Н. Долбишева (2016) [191], вивчаючи особливості спортивного підготовки, пов'язаної з абстрактно-ігровою діяльністю у так званих гіподинамічних видах спорту (шахи, шашки), виявила поєднання інтелектуальної освіти з вихованням інтелектуальних здібностей. Проте інші автори відносять інтелектуальну підготовку до психологічної,

наголошуючи на тому, що інтелектуальна підготовка має саме пряме відношення до формування мотивації та волевих якостей спортсменів. Водночас, одним із основних її завдань визначають оволодіння спортсменом спеціальними знаннями та досвідом, які складають основу мислення, і дозволяють успішно вирішити питання, що виникли під час змагальної або тренувальної діяльності [381].

Таким чином, переважною більшістю професійних діячів інтелектуальна освіта розглядається як частка теоретичної підготовки, яка вміщує сукупність знань, необхідних для успішної тренувальної та змагальної діяльності, серед яких знання світоглядного, мотиваційного і етичного характеру, знання, що сприяють вихованню правил поведінки, знання, що становлять науковий базис підготовки спортсмена та спортивно-прикладні знання. У свою чергу, інтелектуальні здібності є вищим ступенем пізнавальної діяльності, що пов'язана з розвитком пам'яті, розумового потенціалу та творчого мислення [31, 313].

Науковці неодноразово звертали увагу на рівень розвитку інтелектуальних здібностей спортсменів у різних видах та групах видів спорту. Наприклад, у таких видах спорту, як шахи та шашки, де головне навантаження припадає власне на інтелектуальні зусилля, теоретична сторона підготовки (загальна теорія і історія, теорія дебюту, мітельшпілю й ендшпілю) взагалі є основною, на неї відводиться близько 50-60 % від загального обсягу річного навантаження [31, 191, 313].

Зокрема, на навчально-тренувальних заняттях, присвячених інтелектуальній освіті юних шахістів, рекомендується застосовувати лінійний та концентричний (комбінований) методи. А от для виховання інтелектуальних здібностей найефективнішими методами вважається поєднання словесного з наочним, варіативного та повторного виконання завдання, індивідуальних завдань, колового тренування у вигляді схем символів інтелектуальних та ігрових вправ із послідовною зміною складності інтелектуального навантаження, ігровий та змагальний, метод диспуту, аналіз інтелектуальних завдань та ігрових партій. При цьому основні засоби виховання інтелектуальних здібностей становлять дидактичні, сюжетно-рольові та інтелектуальні ігри, а також інтелектуальні завдання у віршах, ребусах, кросвордах, схемах, опорних таблицях [191].

Привертають увагу й роботи, спрямовані на дослідження інтелектуальних здібностей юних баскетболістів. В них доведено необхідність розвитку інтелектуального потенціалу спортсменів та його безпосередній вплив на рівень розвитку фізичної, технічної та тактичної підготовленості [154, 460, 680]. Крім того, І. Ю. Філенко (2015) наполягає

на проведенні серед кваліфікованих баскетболістів відбору за показниками рівня розвитку інтелекту [613].

Фахівці всебічно підкреслюють важливість інтелектуальної підготовки в спортивній боротьбі [381] та у спортивних іграх [344, 345, 346, 347]. Один із шляхів підвищення спортивних досягнень дослідники вбачають в активізації творчого потенціалу спортсменів [512, 513, 581], який, як відомо, обумовлений особливостями мислення людини («дивергентне мислення») та залежить від рівня розвитку розумових здібностей [239, 380, 495, 539].

Психологи розглядають творчість як діяльність, яка передбачає наявність в особистості здібностей, мотивів, знань і умінь, завдяки яким створюються нові матеріальні та духовні цінності, що відрізняються оригінальністю й унікальністю [126, 353]. У додаток до цього І. О. Серeda (2009) встановлює тотожність між «творчими здібностями» та «креативністю», розглядаючи їх як здатність особистості до породження нових ідей, реалізація яких сприятиме ефективному вирішенню проблемних ситуацій [538, 539].

Крім того, творчість, поруч із антиципацією, оцінкою ситуації та поштовхом до дій у нестандартних ситуаціях, є компонентом теоретичної моделі інтуїтивного мислення спортсменів, низький рівень розвитку якого унеможливує ефективне виконання ними техніко-тактичних дій [439, 440, 581].

Існує думка, що високий рівень розвитку творчих здібностей є резервом для підвищення не тільки техніко-тактичної, але й психологічної сторін підготовки, що, як наслідок, забезпечує зростання спортивних результатів. Про цей факт свідчить установлений взаємозв'язок між розвитком творчих здібностей та рівнем майстерності спортсменів у видах спортивних єдиноборств. Так, визначено, що для висококваліфікованих атлетів в єдиноборствах характерні такі якості креативності, як допитливість, уява, складність, схильність до ризику, оригінальність у використанні нестандартних прийомів і дій у змагальній діяльності [173].

Пошукові дослідження, здійснені С. І. Сальниковою (1999), дозволили визначити структуру і особливості творчих здібностей у представників різних видів спорту. Визначено, що творчі здібності спортсменів містять інтелектуальні, креативні й особистісні складові частини, які автор радить враховувати під час складання спортограм. Крім того, виявлені відмінності прояву творчих здібностей у різних групах видів спорту засвідчили, що у представників ЦВС творчі здібності найчастіше проявляються в організації тренувань та змагань, в ігрових видах спорту та

єдиноборствах – у тактичній підготовці та у змагальній діяльності, у складних координаційних видах спорту – у технічній підготовці та у змагальній діяльності, у швидко-силових видах спорту – у технічній і фізичній підготовці [513].

Особливості прояву творчих здібностей у представників різних груп видів спорту обумовлені профілюючими видами рухової активності. Так, у представників ігрових видів спорту та спортивних єдиноборств постійна взаємодія з партнерами по команді та суперниками сприяє високому ступеню колективних стосунків, підпорядковуючи тим самим можливості особистих досягнень вищим цілям. На противагу цьому, у спортсменів, які спеціалізуються у циклічних і швидко-силових видах спорту, виявлено високий рівень індивідуальної мотивації до досягнення мети і прагнення до незалежності, що обумовлено тяжінням до постійного підвищення особистих результатів. У свою чергу, спортсменам складно-координаційних видів спорту притаманна розвинута комунікабельність та контактність через потребу у встановленні емоційного контакту з глядачами та суддями [511, 512, 513, 514].

Ефективність підготовки висококваліфікованих спортсменів залежить не тільки від творчих здібностей їх самих, але й від творчого підходу до процесу підготовки власне тренера, який неможливий без здатності останнього до самостійного аналітичного мислення та раціонального прийняття рішення у розв'язанні поставлених завдань [183].

Одним із шляхів оптимізації творчої діяльності тренера в ході прийняття рішення Т. Мельник та К. Жигун (2013) [365] вважають застосування методів та засобів евристики. Розуміючи під змістом евристичної діяльності людини процес формування нової стратегії в умовах проблемного завдання, автори наголошують, що успіх такої діяльності залежить від знань, досвіду, умінь та навичок тренера. Водночас авторами здійснено класифікацію рішень тренера на інформаційні, організаційні (основними методами є моделювання, еволюції та синтезу) й оперативні.

Безперечно, інтелектуальні здібності та творчі потенції активних учасників педагогічного процесу більшістю фахівців розглядаються як взаємопов'язані елементи та складові системи теоретичної підготовки, що дало змогу М.П. Пітину виділити основні діалектично пов'язані засоби та методи, застосування яких забезпечує високий рівень теоретичної підготовленості.

Так, під методом теоретичної підготовки вчений розуміє «спосіб досягнення мети з формування й усвідомлення системи спеціальних знань».

сприжованих на забезпечення досягнення спортивного результату та особистісного становлення спортсмена» [446].

До традиційних груп методів теоретичної підготовки спортсменів належать вербальні (словесні) та наочні. До вербальних методів, які найчастіше застосовуються на практиці, відносяться такі, як лекція, пояснення, розповідь, бесіда. Основними наочними методами теоретичної підготовки спортсменів науковці визначають ілюстрування, яке здійснюється за допомогою малюнків, зображень, таблиць, схем, муляжів, тощо та демонстрування – тобто перегляду документальних та художніх фільмів, відео роликів, анімаційних фільмів на спортивну тематику та ін. Слід зазначити, що останнім часом, з метою демонстрування навчального матеріалу, на тренувальних заняттях фахівці зі спорту застосовують новітні мультимедійні технології [446, 329, 400, 604, 605].

Ефективними методами теоретичної підготовки є запозичені з практичної діяльності в спорті ігровий та змагальний методи, які дають можливість одночасно впливати на декілька органів чуття, тобто здатні розвивати у спортсменів полісенсорність [720, 721, 722]. Так, застосування ігрового методу під час теоретичних занять забезпечує їхню високу емоційну забарвленість, швидке переключення від практичної до теоретичної діяльності, невимушене і легке засвоєння обсягу інформації, мотивує пізнавальну діяльність та надає можливість виявити прогалини у знаннях спортсменів. Найпоширенішими засобами впровадження ігрового методу у теоретичній підготовці спортсменів є використання логічних, настільних та рольових ігор.

За допомогою змагального методу створюються особливі умови передачі та засвоєння інформації, які підвищують зацікавленість спортсменів у досягненні найкращого результату, активують пізнавальні процеси, розкривають резервні розумові можливості спортсменів, забезпечують об'єктивне визначення результатів та переможців.

Доповнюють діапазон методів теоретичної підготовки й група інтерактивних методів та інформаційного пошуку, а також метод самоосвіти [295, 446, 720]. Зокрема, методи інформаційного пошуку надають можливість отримання необхідної інформації шляхом опрацювання різноманітних джерел, що сприяє поглибленню знань стосовно певного питання. До таких методів відносяться: безпосередній пошук, використання пошукових машин, пошук із застосуванням спеціальних засобів, аналіз нових ресурсів [446].

Під інтерактивними методами теоретичної підготовки розуміють сукупність способів організації процесу передачі знань, який ґрунтується на рівності в побудові стосунків між тренером та спортсменом, їхній активної

взаємодії, комунікації, використанні зворотного зв'язку, самооцінки та ініціативності спортсмена. Такими методами виступають: «мозковий штурм», метод асоціацій, створення проблемної ситуації, метод проєктів, «коло ідей», «мікрофон», «дерево рішень», методи імітації та симуляції. Їх застосування стимулює прагнення спортсмена знайти відповіді на питання або способи вирішення проблем, що виникають у процесі спортивної підготовки. За допомогою методу самоосвіти відбувається самостійне опрацювання спортсменами необхідної інформації [446].

Використання в навчально-тренувальному процесі методів теоретичної підготовки можливе завдяки специфічним засобам. Під засобом теоретичної підготовки М.П. Пітин розуміє «спеціальний тренувальний вплив (вправу), що дає можливість накопичення, опрацювання та усвідомлення системи знань, яка прямо або опосередковано впливає на вирішення основних завдань системи багаторічної підготовки спортсменів» [446].

До основних засобів теоретичної підготовки відносяться книги (у тому числі електронні та аудіокниги), брошури, збірки наукових статей, навчальні посібники, монографії, довідники, енциклопедії, журнали та газети, плакати, малюнки, педагогічне тестування, документальні та художні фільми, анімація (мультфільми на спортивну тематику), телевізійні програми (новини та спортивні телепрограми), практичні заходи (конкурси, зустрічі, проєкти), ігри (пазли, квести, вікторини та ін.), колекціонування (філателія, нумізматики, філокартія, фалеристика, геральдика, тематичні зібрання вкладок, календарів та ін. продукції), комп'ютерні програми (тести, ігри, навчально-освітні програми), пошукові сервіси мережі інтернет (Google, I.ua, Ukr.net, Meta.ua, Poshukach.com, Shukalka.com.ua, тощо), мультимедійні інформаційні технології [446].

Ефективність застосування вище зазначених засобів теоретичної підготовки експериментально перевірено та доведено на прикладі таких видів (груп видів) спорту, як фехтування [230, 446], стрільба з лука [446], кікбоксінг [33], спортивні ігри [346].

Дієвим засобом, що підвищує рівень теоретичної підготовленості спортсменів та кваліфікацію фахівців зі спорту, є також ділові ігри. Н. Н. Никитушкина та И. А. Водяникова (2012) [407] під діловою грою розуміють «процес вироблення та прийняття рішення в умовах поетапного багатоступового уточнення необхідних факторів, аналізу інформації, що додатково надходить і виробляється на окремих кроках у процесі гри». Дослідниці вважають, що вказаний засіб інтенсифікує навчальний процес та

дозволяє адаптувати отриману в процесі гри інформацію до навчально-тренувальної діяльності

Крім того, завдяки діловим іграм відбувається такі процеси: здійснюється підвищення мотивації, активація наявних знань та виникнення потреби в оволодінні новими знаннями та педагогічними технологіями: розвиток колективного мислення, фантазії та взаємодії; обмін досвідом; формування особистості спортсмена та фахівця в процесі моделювання їхньої діяльності; набуття вмінь та навичок професійної комунікації та ведення діалогу; інтеграція теоретичних знань у практичну діяльність.

Під час ділової гри відбувається імітація поведінки спортсменів та професійної діяльності фахівців, що максимально наближені до реальності, в результаті чого здійснюються пошуки оптимальних рішень проблем або завдань, що виникають в навчально-тренувальному процесі. Перебіг подій в іграх характеризується, як правило, наявністю протидіючих сторін, що мають різноманітні інтереси, постійною зміною ігрової ситуації. У підсумку учасники гри отримують можливість саморозвитку та професійного самовдосконалення [407].

Залежно від мети, що переслідується, та сформульованих завдань ділові ігри можуть проводитися як для керівництва спортивних шкіл («Керівництво і організація діяльності ДЮСШ», «Формування плану проведення масового спортивно-оздоровчого заходу»), тренерів-викладачів («Програмування управління навчально-тренувальним процесом у циклі підготовки», «Професійні уміння тренера-викладача спортивної школи», «Колове тренування у групі початкової підготовки ДЮСШ»), так і для спортсменів («Фізична підготовка юних спортсменів») [407].

Доцільність та ефективність застосування засобів і методів теоретичної підготовки в навчально-тренувальному процесі здійснюється шляхом перевірки рівня знань спортсменів. Для цього використовуються різні види контролю: вхідний (початковий рівень підготовки), поточний, рубіжний та підсумковий. Здійснення контролю дає можливість встановити рейтинг тих, хто навчається, який ефективно мотивує процес засвоєння знань. Перевірка засвоєння знань відбувається у формі усного опитування, письмового виконання завдань, а також тестування [295, 446, 720].

Однак згадані вище форми контролю не позбавлені недоліків. Зокрема, серед недоліків усного опитування автори виділяють недосконалість критеріїв оцінки, суб'єктивність в оцінюванні знань, неточність формування питань, власне трактування навчального матеріалу екзаменатором [303, 446]. Щодо письмових завдань, їхніми недоліками вважають великі витрати часу на їх виконання та перевірку. Крім того,

якість висвітлення таких завдань обумовлена наявністю літературних здібностей та рівнем грамотності виконавців.

З огляду на це, альтернативним засобом контролю рівня знань вважається тестування, яке виключає вище наведені недоречності. Педагогічне тестування є найбільш стандартизованим методом контролю та оцінки знань, умінь та навичок досліджуваних [1, 22, 402]. У трактуванні А. А. Красникова, Н. Н. Чеснокова (2009) тест – це система формалізованих знань, які дозволяють якісно оцінити рівень та структуру знань досліджуваних [303].

Наявні на сьогодні тести оцінки рівня знань поділяються на декілька різновидів. Так, діагностичні тести («тести досягнень») призначені для оцінки результатів навчання та дають можливість визначення рівня знань, умінь та навичок, досягнутих на певному етапі підготовки. У свою чергу, вони поділяються на гомогенні, які свідчать про певний рівень володіння знаннями, навичками та уміньми вузької сфери діяльності, та гетерогенні, що покликані оцінити рівень компетентності до здійснення певного виду діяльності, який сформувався в результаті вивчення різних навчальних дисциплін.

Інша група тестів – комплексні тести інтелекту. Вони мають широкий профіль і дозволяють визначити інтелектуальний рівень розвитку особистості, якість уяви, логічного мислення, формування критичного відношення до отриманої інформації.

Потрібно відзначити, що тести застосовуються не тільки з метою моніторингу глибини знань, але й із навчальною метою, що є однією з інноваційних та прогресивних методик в освіті. Впровадження навчальних тестів розглядається вченими як засіб «повного засвоєння знань» [1, 303, 402].

На сьогоднішній день тестування є необхідною складовою будь-якого навчального процесу. Науковці наполягають на важливості розробки для вищого навчального закладу відповідного профілю навчального курсу, орієнтованого на вивчення особливостей контролю рівня теоретико-методичної підготовленості фахівців із фізичної культури та спорту, проблем, які виникають під час розробки тестів і впровадження їх у процес навчання, та шляхів їх вирішення [303].

Таким чином, у науковій та методичній літературі здобуття теоретичних знань як запоруки успішної тренувальної і змагальної діяльності визначено одним із основних напрямів спортивної підготовки. Разом із тим, аналіз наукових джерел та програмно-нормативної бази підготовки спортсменів у різних групах видів спорту не виявив належного

методико-методичного обґрунтування структури і змісту теоретичної підготовки на різних етапах багаторічного спортивного вдосконалення. Зокрема, відсутні дані щодо впливу методів та засобів теоретичної підготовки на теоретичну підготовленість спортсменів групи ЦВС [56, 59, 60, 84, 90, 91].

Отже, незважаючи на намагання деяких науковців удосконалити теоретичну підготовку спортсменів, обґрунтування її структури і змісту в різних групах видів спорту на різних етапах багаторічного вдосконалення і згоді відсутнє.

Відсутність єдиної думки фахівців та спортсменів стосовно ролі та значення теоретичної підготовки в багаторічному спортивному вдосконаленні свідчить про необхідність проведення наукових досліджень у цьому напрямі [91].

1.3. Інтеграція наукових знань у систему підготовки фахівців

1.3.1. Інновації в підготовці фахівців із фізичної культури і спорту. Як зазначено в законі України «Про вищу освіту» (2014, Розділ VI, ст.36), одним із основних завдань вищого навчального закладу є забезпечення високого рівня знань у суспільстві шляхом органічного поєднання в освітньому просторі академічної, наукової та інноваційної діяльності. Разом із тим, основним недоліком традиційної системи вищої освіти вчені визначають невідповідність її змісту та технологій сучасним культурним вимогам суспільства і розвитку науки.

Зміст освіти має відповідати потребам сучасного суспільства, враховувати соціально-економічні зміни в державі та бути зорієнтованим на підготовку конкурентоспроможних фахівців не лише на рівні нашої держави, а на рівні міжнародних ринків праці. [385, 430, 567]. Отже, головна увага повинна зосереджуватися на створенні таких умов і технологій навчання, які б забезпечили майбутнім фахівцям повноцінний професійний та особистий розвиток у максимальному діапазоні індивідуальних ресурсів [572]. З огляду на це, сучасна освіта має бути спрямована на пошук інновацій, впровадження яких сприятиме підготовці фахівців, здатних до конкуренції, соціалізації та самореалізації у глобалізованому суспільстві [34, 567].

Орієнтацію нашої держави на інноваційний шлях розвитку окреслено в законах України «Про інноваційну діяльність» від 04.07.2002 [474], «Про пріоритетні напрями інноваційної діяльності в Україні» від 08.09.2011

[476], положенні «Про порядок здійснення інноваційної освітньої діяльності» від 07.11.2000 [472] та ін.

Термін «інновація», що у перекладі з англійської мови (innovation) означає «нововведення», у науковій літературі з'явився у XIX столітті, а у 80-х роках XX століття зародилася галузь дослідження нововведень «інноватика». Під інноваційним навчанням науковці розуміють процес і результат такої навчальної діяльності, яка стимулює внесення інноваційних змін в існуючу культуру та соціальне середовище [549, 675, 676, 736].

Наука, яка вивчає інноваційні процеси у сфері освіти, отримала назву педагогічної інноватики [280, 674, 736]. За визначенням Н.Р. Юсуфбекової (2010), педагогічна інноватика є вченням про створення педагогічних нововведень, їхню оцінку, засвоєння та застосування на практиці педагогами [675].

І. М. Дичківська (2004) розглядає педагогічну інноватику як фундаментальну дисципліну, що прискорює процеси оновлення освіти [186]. Педагогічну інноватику як науку, що вивчає закономірності виникнення і розвитку педагогічних інновацій, їхній зв'язок із традиціями минулого і майбутнього відносно суб'єктів освіти, як науку, що складається з процесів створення, засвоєння і застосування нововведень, визначає А. В. Хуторський (2005) [640].

Наукові дослідження щодо встановлення готовності педагогів освітніх навчальних закладів різних рівнів до інноваційної професійної діяльності представлені в роботах І. М. Дичківської (2004) [186], Н. В. Москаленко (2014) [384, 386, 387, 388], Л.В. Козак (2014) [280], Степанченко, 2017 [567] та ін.

Орієнтація на інноваційний шлях розвитку України, спрямування на забезпечення взаємодії науки та освіти стосовно інноваційної діяльності, стрімкий технічний прогрес, реформування освіти на всіх її рівнях – з одного боку, та, водночас, низький рівень престижності педагогічної професії, відсутність мотивації до занять спортом у населення, комерціалізація спорту вищих досягнень – з іншого, обумовило потребу впровадження інноваційних технологій нової парадигми освіти також у підготовку фахівців із фізичної культури і спорту [11, 320, 664].

Поняття «професійна підготовка» у фізичній культурі і спорті розглядалося багатьма науковцями [2, 226, 468, 544, 578] і в загальному розумінні означає сукупність спеціальних знань, умінь і навичок, якостей, трудового досвіду та норм поведінки, які забезпечують можливість успішної роботи за обраною професією [25].

На думку Л. П. Сущенко (2003), яку підтримує чимало науковців [226, 480, 544], «професійна підготовка майбутніх фахівців фізичного виховання є процесом, що характеризує технологічно обґрунтовані засади вищих навчальних закладів країни, спрямованих на формування протягом терміну навчання рівня професійної компетентності особи, достатнього для забезпечення її конкурентоспроможності на ринках праці та здатності до успішної роботи з фізичного виховання і спорту [579].

Продовжуючи міркування попередніх авторів, У. М. Проценко (2014) виділив три основні підходи до трактування поняття «професійна підготовка» [480]: компетентнісний – сукупність компетенцій, знань, умінь і навичок, які необхідні для успішного виконання певних завдань; діяльнісний – оволодіння знаннями, вміннями і навичками, що дозволяють виконувати професійну діяльність; системний – цілісна система взаємопов'язаних структурних і функціональних компонентів, що забезпечують підготовку фахівця.

Пошуки новітніх підходів до підвищення рівня професійної підготовки майбутніх фахівців із фізичної культури та спорту сприяють переосмисленню мети, завдань, змісту професійної підготовки у ЗВО відповідно до вимог сучасної парадигми освіти [226, 318]. Готовими до таких пошуків повинні бути й теперішні викладачі ЗВО, тому актуальною є розробка та реалізація моделі викладача вищої школи, що враховує як національно-культурні традиції функціонування освітньо-виховного простору, так і сучасні прогресивні світові тенденції педагогічного поступу [342, 383, 561].

На жаль, здійснене науковцями опитування студентів на предмет визначення рівня організації у вищих навчальних закладах підготовки майбутнього тренера-викладача до професійної діяльності відповідно до сучасних соціально-економічних умов країни дає змогу стверджувати, що він залишається все ще низьким [520, 522, 523].

Питанням удосконалення підготовки майбутніх фахівців саме з фізичної культури і спорту займалася плеяда вчених [122, 179, 430, 578, 579]. Так, вирішення потреби підготовки конкурентоспроможних фахівців, необхідність створення умов для формування свідомості та самосвідомості студентів, утвердження нормативного зразку професійної й особистої поведінки випускників, урахування наукових здобутків у даному напрямку знайшли відображення у розробленій Л. П. Сущенко (2003) гуманістично-спрямованій концепції особистісно-орієнтованої професійної підготовки майбутніх фахівців із фізичної культури і спорту.

Ефективність зазначеної концепції, на думку автора, забезпечується реалізацією трьох взаємопов'язаних напрямів – таких, як: формування професійних знань у майбутніх фахівців; утворення у них професійних функцій, які інтегрують набуті ними знання та зумовлюють якість їхньої професійної діяльності у суспільстві; формування професіоналізму з урахуванням основних аспектів розвитку соціального партнерства.

Таким чином запропонована модель особистісно-орієнтованої професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту містить професійну, особистісну та технологічну складові. Ефективність цієї моделі було визначено за допомогою двох груп критеріїв, перша з яких включала рівень знань студентів, спроможність виконання професійних функцій, оволодіння різними видами професійної діяльності, а друга містила критерії, що характеризували професійне самовизначення, самоактуалізацію та самореалізацію особистості [578, 579].

Продовжуючи аналіз проблем, пов'язаних із питанням удосконалення підготовки майбутніх фахівців, варто звернутися до дисертаційного дослідження С. В. Мединського, актуальність якого зумовлена потребою суспільства у підготовці фахівців, здатних до ефективної роботи на рівні світових стандартів. Так, вивчення науковцем досвіду професійної підготовки фахівців із фізичного виховання та спорту у Сполучених Штатах Америки дозволило встановити, що в університетах і коледжах застосовуються як традиційні форми організації навчальних занять (лекційні, практичні, семінари першого року навчання, семінари старших курсів, лабораторні заняття та практики, стажування), так і прогресивні інтерактивні технології (групові, ігрові, рефлексивні, комбіновані, інтегровані, проектні, інформаційно-комунікаційні заняття, формування професійного портфоліо).

Здійснений порівняльний аналіз системи професійної підготовки фахівців фізичного виховання і спорту в США та в Україні дозволив ученому визначити їхні спільні та відмінні риси, а також сформулювати перспективні напрями імплементації в Україні норм професійної підготовки фахівців США на трьох рівнях: законодавчому, загальнодержавному та регіональному, інституційному.

Так, на законодавчому рівні запропоновано здійснення децентралізації навчального процесу, виокремлення галузі «Фізична культура і спорт», збільшення переліку спеціальностей із підготовки фахівців, фінансова підтримка фізичних і юридичних осіб, які займаються фізкультурно-спортивною оздоровчою діяльністю. На загальнодержавному та регіональному рівні – формування потреби громадян у веденні здорового

образу життя, розробка загальнодержавних норм рухової активності. На інституційному рівні – уведення додаткових навчальних семестрів, поділ навчальних дисциплін на цикли, в межах яких рекомендується виділяти перелік вибіркових навчальних дисциплін, поточне визначення успішності та відбір студентів із навчальних дисциплін, надання стипендій найкращим студентам тощо [363].

Великим внеском у вирішення проблеми підготовки фахівців із олімпійського та професійного спорту є роботи Є. О. Павлюка (2017). Автором виокремлено шість критеріїв професійної компетентності майбутніх тренерів-викладачів: «гностичний», «готовність до самонавчання і саморегуляції», «емоційно-вольовий», «поведінковий», «когнітивний», «діяльнісний». На основі розроблених критеріїв було визначено чотири рівні сформованості професійної компетентності: високий, середній, нижче середнього та низький [430].

У подальших дослідженнях Є. О. Павлюком (2017) була розроблена та впроваджена у процес підготовки майбутніх тренерів-викладачів педагогічна система, яка складається з «концептуально-цільової», «теоретико-методологічної», «структурно-змістової», «організаційно-процесуальної», «діагностично-результативної» підсистем, що, на думку автора, сприятиме зростанню рівня розвитку професійної компетентності студентів [430].

У свою чергу А. В. Свасьєв (2014) розглядає професійну компетентність майбутнього тренера-викладача як «...інтегративну характеристику особистості, що визначається рівнем оволодіння фундаментальними знаннями в галузі фізичної культури і спорту та суміжних дисциплін, професіоналізму та здатності повною мірою, відповідно до соціально значущих аспектів, реалізувати професійні знання, уміння та навички в майбутній професійній діяльності». Наполягаючи на формуванні у майбутнього тренера-викладача таких якостей особистості, як самостійність, відповідальність, здатність пристосовуватися до швидкозмінного навколишнього середовища, науковець підкреслює важливість оволодіння не лише загальнопедагогічними знаннями і уміннями, а й спеціальними якостями, які залежать від його «рухово-технічного потенціалу» відповідно до специфіки тренерської діяльності [522, 523].

Проблеми оптимізації навчально-тренувального процесу у багаторічному спортивному вдосконаленні як цілісної педагогічної дії, що складається з фізичного, психічного та дидактичного компонентів, були висвітлені в роботі О. Ц. Демінського (2003). Автором запропоновано

наступні ефективні інноваційні проекти побудови навчально-тренувального процесу: «за типом блочної системи», «за принципом розсередження та переважної спрямованості тренувальних вимог», за принципом врахування динаміки спортивної форми та чергування її фаз», «без врахування періодизації тренувального процесу з цільовою підготовкою до кожного конкретного змагання» [179].

Цікавими для дослідників є результати наукових розвідок Н. Ю. Волянюк (2006), у яких автор розглядає особистість тренера-викладача як суб'єкта спортивно-педагогічної діяльності, визначає структуру емпіричних референтів суб'єктності тренерів залежно від етапу професійного становлення та сутність криз професійного розвитку [122].

Щодо інших робіт, що містять значущі для обговорюваної тематики результати, варто згадати роботу О.П. Федик (1999), в якій виявлено ефективні шляхи формування психологічної готовності майбутніх фахівців до спортивно-педагогічної діяльності та визначено «психологічну» структуру знань і вмінь студентів [607].

Окремо, розглядаючи постать тренера як людини, яка досконало володіє інформацією про новітні досягнення в методиці навчання і тренування спортсменів, науковці наполягають на розвитку наступних здібностей тренера-викладача [178, 183, 575]:

- перцептивної – вміння спостерігати за діями учнів та аналізувати їх;
- конструктивної – здатність передбачати результати своєї діяльності та реакцію вихованців;
- дидактичної – пояснення нового матеріалу та спонукання учнів до самостійного мислення;
- експресивної – культура мовлення, почуття гумору, доброзичливість;
- організаційної – вміння правильно організувати режим дня спортсменів;
- академічної – бажання займатися дослідницькою діяльністю;
- спеціальної – схильність до тренерської діяльності в обраному виді спорту.

На сьогоднішній день існує потреба у вдосконаленні підходів до організації навчального процесу у вишій школі, яка викликана невідповідністю традиційної освіти запитам сучасного суспільства [278]. Зокрема, доведено, що лише 10 % людей здатні засвоювати знання, отримані з книжок [235], а для навчання решти 90 % потрібно застосовувати інші підходи та методи. Ситуація, що склалася, обумовила впровадження у педагогічну діяльність сфери фізичної культури і спорту технологій інтерактивного навчання [11, 18, 119, 308, 537].

У своїй роботі О. Пометун (2007), враховуючи різні етапи навчального процесу, здійснила систематизацію і класифікацію інтерактивних методів і прийомів навчання та порівняла традиційне навчання з інтерактивним, зіставивши цілі, позиції учня та педагога, організацію комунікації в навчальному процесі та методи освіти. На думку автора, інтерактивне навчання, як один із видів організації навчального процесу, базується на паритетних стосунках учителя та учнів, на комунікації, використанні зворотного зв'язку, самооцінки та рефлексії пізнавальної діяльності учнів [459].

Не менш важливим науковим здобутком слід вважати доведену ефективність застосування ігрових методів та прийомів передачі інформації. Використання гри під час навчального процесу підвищує зацікавленість студентів, їхню працездатність та комунікабельність, полегшує процес запам'ятовування нового матеріалу та перевірки набутих знань, сприяє зосередженості та самостійності студентів. У результаті – зростає ефективність навчання, формується вміння практичного застосування знань, що і є основною метою навчання [7].

Удосконаленню процесу підготовки фахівців із фізичної культури в ЗВО сприяє також упровадження структурно-функціональної моделі оптимізації навчально-виховного процесу, яку представлено у дослідженні Тимошенко О. В. (2009). Застосування цієї моделі передбачає реорганізацію традиційної схеми навчання шляхом раціонального поділу академічного матеріалу навчальної дисципліни на модулі, що дозволяє здійснювати перевірку й оцінювання знань студентів після кожного модуля. Сума балів, отриманих із певної дисципліни протягом семестру, чинить вирішальний вплив на підсумкову оцінку. Представлена схема організації навчального процесу за кредитно-модульною технологією складається з трьох періодів: пропедевтичного, навчального і підсумкового. Запроваджений рейтинг успішності студентів, у свою чергу, стимулює останніх до прояву активності під час академічних занять, значно покращує їхнє відвідування, забезпечує об'єктивність в оцінюванні знань [586].

Значно доповнюють висвітлені вище питання й наукові праці Степанченко Н. І. (2017). Розроблені автором методика та модель системи професійної підготовки майбутніх учителів фізичного виховання підвищують ефективність освітнього процесу та педагогічної взаємодії в діаді «викладач – студент», що позитивно впливає на формування професійно-педагогічної компетентності студентів [567].

Не оминають своєю увагою науковці й важливості підготовки фахівців із фізичної культури і спорту, спроможних працювати з людьми,

що мають особливі потреби [277, 362, 432, 594]. Разом із тим, теоретичне та методологічне підґрунтя навчальних дисциплін, розроблених із метою підготовки фахівців до праці з людьми з обмеженими фізичними можливостями, представлені в роботах Р. В. Чудної (2003), Ю. А. Бріскіна (2007), Р. П. Карлюка (2008, 2010). Зокрема, у дисертаційному дослідженні Р. В. Чудної (2003) було здійснено обґрунтування і розробка структури та змісту навчальної дисципліни “Адаптивне фізичне виховання” в системі вищої фізкультурної освіти.

Наукові дослідження Р. П. Карлюка (2010), присвячені обґрунтуванню та розробці теоретичних і методичних засад професійної підготовки майбутніх фахівців із адаптивного фізичного виховання, дозволили створити та експериментально перевірити модель їхньої професійної підготовки та водночас узгодити понятійно-термінологічний апарат вищої фізкультурної освіти за спеціалізацією “Адаптивне фізичне виховання” [255, 256].

Проблемне поле спорту людей із обмеженими фізичними можливостями як наукової та навчальної дисципліни знайшло відображення у дослідженнях Ю. А. Бріскіна (2001–2007). У них автор висвітлює систему знань про спорт цієї категорії спортсменів як складової міжнародного олімпійського руху. Розроблена автором концептуальна модель системи знань про спорт містить такі змістові модулі: «Спорт людей із обмеженими можливостями як соціальне явище», «Гене́за спорту людей із обмеженими можливостями у системі міжнародного олімпійського руху», «Організація та проведення змагань серед спортсменів із обмеженими можливостями», «Особливості підготовки спортсменів із людей із обмеженими можливостями».

Теоретико-методичне обґрунтування та впровадження в процес підготовки майбутніх тренерів-викладачів «спорту людей із обмеженими можливостями» як навчальної дисципліни дає можливість студентам оволодіти знаннями з історії, організації та управління адаптивним спортом, знаннями з особливостей спортивної роботи з людьми з обмеженими можливостями різних нозологій (осіб із вадами слуху, зору, відхиленнями розумового розвитку, пошкодженнями опорно-рухового апарату та ін.), ознайомитися з правилами проведення та організації змагань із різними групами таких студентів, навчитися використовувати отримані знання у практичній роботі, що забезпечує підготовку компетентних фахівців, здатних працювати з такими спортсменами у різних видах спорту [89, 93, 94, 95].

Зростання соціального, виховного та культурного значення олімпійської освіти викликано зацікавленістю серед різних груп населення [699, 715, 723]. Основними її завданнями є створення уявлення про історію виникнення та розвитку олімпійського руху, ознайомлення з ідеалами та цінностями олімпізму, формування світогляду та мотивації молоді, виховання патріотизму, гуманізму, працелюбства, цілеспрямованості та організованості, сприяння гармонійному розвитку та становленню особистості, спрямування на ведення здорового способу життя [100, 101, 219, 569].

Учені наполягають на важливості впровадження олімпійської освіти у підготовку інструкторів із фізичної культури в дошкільних навчальних закладах [132, 697], вчителів початкових класів [411, 518], вчителів фізичної культури та тренерів [72, 157, 527]. Для реалізації олімпійської освіти застосовуються такі засоби, як публічні виступи відомих спортсменів, трансляція соціальної реклами, художніх та документальних фільмів за їхньої участі, проведення щорічних олімпійських уроків у школі, формування наукових напрямів та розробка інноваційних проєктів, пов'язаних із олімпійською освітою, а також випуск друкованих періодичних видань та навчальної літератури [301, 443, 445, 467].

Проведені пошукові дослідження стану підготовки майбутніх фахівців фізичної культури і спорту до анімаційної діяльності знайшли відображення в роботах А. В. Сидорук (2015, 2015). У них поняттям «анімаційна діяльність» тлумачиться як цілеспрямована активність особистості, результатом якої є її різнобічний розвиток, зміцнення здоров'я, профілактика шкідливих звичок, набуття організаторських якостей, самовдосконалення в цілому. При цьому А. В. Сидорук виділяє чотири напрями здійснення анімаційної діяльності у вигляді програм певного спрямування [542, 543]:

- 1) спортивні, спортивно-оздоровчі, спортивно-розважальні програми;
- 2) видовищно-розважальні, пригодницько-ігрові програми;
- 3) пізнавальні, спортивно-пізнавальні, культурнопізнавальні, екскурсійні, навчальні, аматорські й творчо-трудові програми;
- 4) комплексні програми, комбіновані з однорідних програм.

Автором встановлено особистісні якості, якими повинен володіти майбутній фахівець, кваліфікаційні вимоги щодо його спеціальних знань і умінь та запропоновано впровадження в процес підготовки фахівців у ЗВО спеціалізації «Анімація у фізичному вихованні і спорті» [541].

Технологію формування фізкультурно-оздоровчих компетентностей студентів у своїй праці подає Г. Грибан (2016). Основу її складає

проектування високоефективної навчальної діяльності студентів та управлінської діяльності викладача, що передбачає: 1) цілісне відображення у змісті навчання завдань формування всебічно розвиненої особистості майбутнього фахівця; 2) високий науковий, методичний і практичний рівень змісту навчальних занять; 3) відповідність складності змісту навчального процесу реальним можливостям студента: стану здоров'я, рівню фізичного розвитку та підготовленості тощо; 4) відповідність обсягу змісту навчального матеріалу відведеному часу для його засвоєння або виконання; 5) відповідність змісту навчального матеріалу матеріально-технічній базі ЗВО та наявності фахівців цього профілю [170].

Світовий технічний прогрес та розвиток інформаційних технологій якнайкраще забезпечує реалізацію дидактичного принципу неперервності навчання [238]. Забезпечення постійного доступу до спеціальної інформації у сучасній фізкультурній освіті сприяє інтелектуальному розвитку, професійному зростанню, формуванню здатності швидкого пристосування до запитів сучасного суспільства.

Теперішні проблеми забезпечення неперервної професійної освіти фахівців фізичного виховання і спорту розглянуті, зокрема, в роботах В. В. Мартиненко (2006), С. О. Сисоєвої (2008), Н. О. Белікової (2013) [34, 355, 550].

Так, важливе місце серед сучасних прогресивних освітніх ідей посідає розроблена С. О. Сисоєвою концепція «освіта упродовж життя», яка спрямована на вирішення проблеми «створення гнучких механізмів постійного оновлення змісту освіти та технологій неперервного оновлення знань» [550].

На думку В. В. Мартиненко (2006), неперервна освіта фахівців фізичного виховання і спорту потребує вирішення багатьох проблем, таких як створення нормативно-правової бази, забезпечення соціального захисту студентів та випускників, визначення стану забезпеченості неперервної освіти інформаційними засобами навчання та літературою [355]. Головною перевагою неперервної професійної фізкультурної освіти Н. О. Белікова (2013) вважає створення умов для самоосвіти, що забезпечує активне формування пізнавальних і професійних мотивів [34].

Перегляд традиційної системи підготовки у ЗВО майбутніх фахівців та використання сучасних освітніх технологій у фізичній культурі і спорті покликані змінити сакраментальну уяву про викладання навчальних предметів. Цьому сприяє щорічне видання навчальної та науково-методичної літератури, розроблених із метою удосконалення технологій викладання спортивно-педагогічних дисциплін у ЗВО фізкультурного

профілю [10, 215, 663], теоретико-методичних аспектів спортивної підготовки [296, 297], контролю у фізичному вихованні та спорті [298], загальних і фахових компетентностей випускників аспірантури та магістратури спеціальності 017 Фізична культура і спорт [294], навчанню використання математично-статистичних методів у розв'язанні науково-прикладних завдань у сфері фізичної культури та спорту, оволодіння комп'ютерними засобами та системами на основі сучасних програмних продуктів статистичної обробки даних [182, 632], формуванню знань із організаційно-правових та загальних основ неолімпійських видів спорту [192], створенню уяви про ринкові відносини та підприємницьку діяльність у фізичній культурі та спорті, які підвищують рівень підприємницької компетенції та культури студентів, містять практичні завдання аналізу реальних проблемних ситуацій [363].

Основу сучасної системи підготовки фахівців із фізичної культури і спорту складають фундаментальні праці В. М. Платонова (2004, 2015), в яких відображено сучасні знання з теорії та методики спортивної підготовки, фізіології, біохімії, морфології, генетики, медицини, біомеханіки, психології, педагогіки, а також наведено результати власних досліджень автора.

Аналізуючи вищенаведене, можна стверджувати, що підготовка компетентних, конкурентоспроможних на ринку праці, готових до професійного зростання фахівців, які не лише здатні ефективно працювати у своїй сфері, але й орієнтуватися у суміжних галузях діяльності, можлива лише за умов постійної інтеграції наукових досягнень у процес підготовки фахівців із фізичної культури і спорту у ЗВО України.

1.3.2. Інформаційні технології нової парадигми освіти у фізичній культурі та спорті. Поява та постійне розширення мережі Internet, удосконалення методів обробки та пошуку інформації перетворило наше суспільство з індустріального на інформаційне. На сьогоднішній день, коли інформація набула статусу капіталу, на її переміщення вже не діють кордони держав. Цьому сприяють сучасні технічні засоби передачі інформації, які, до того ж, безперервно удосконалюються, створюються програмні продукти, які полегшують її пошук, а від успішної обробки інформаційних даних залежить функціонування усіх галузей діяльності людей. Таким чином, інформаційні технології є чи не найголовнішим інструментом зберігання і передачі сукупних відомостей, знань, накопичених суспільством [63, 49, 242, 344, 376].

Застосування новітніх інформаційних технологій (e-learning, дистанційних технологій, випереджаючого навчання), сучасних комунікаційних засобів (e-mail, chat-room, сайтів, порталів, форумів, відео конференцій та інтернет трансляцій), мультимедійних продуктів, пошукових служб, електронних засобів навчання (електронних підручників, енциклопедій, довідників, словників, тренажерів, документів, блогів, фото-, аудіо- та відеозаписів тощо) з дидактичними цілями, дозволяють у процесі освітньої діяльності здійснювати взаємодію віддалених учасників процесу навчання між собою, а також прийом, передачу та пошук інформації у глобальній мережі Інтернет, моделювання навчальних ситуацій, тренування та контроль за результатами навчального процесу. Усе це значно підвищує зацікавленість у навчанні та сприяє його інтенсифікації й індивідуалізації [3, 253, 302, 382, 533].

У полі зору науковців перебуває проблема створення україномовних ресурсів мережі Інтернет, адаптації до українського освітнього простору існуючих навчальних матеріалів та переклад іншомовних, які сприяють дистанційному оволодінню знаннями [35].

Поява на сайтах бібліотек України електронних картотек періодичних видань, дисертацій, авторефератів, спеціалізованої літератури значно інтенсифікувало процес навчання [528, 529, 530].

В межах освітньої реформи відбуваються заходи, які забезпечать українським науковцям, викладачам та студентам доступ до світових інформаційних ресурсів шляхом інтеграції асоціації користувачів Української науково-освітньої телекомунікаційної мережі «УРАН» до загальноєвропейської мережі GEANT та приєднання нашої країни до європейської інноваційної науково-технічної програми EUREKA.

Інформаційні технології нової парадигми освіти широко представлені у науковій літературі (Г. І. Васильєва, Г. П. Досенко, 2008; О. Г. Смолянинова 2008; О. О. Доброштан 2010; В. Г. Кремень 2011; Л. Білоусова, С. Криштоф, 2011 та ін.) та доводять ефективність їхнього застосування в навчальному процесі.

Не є винятком і сфера фізичної культури та спорту. Одним із основних напрямів формування перспективної, мобільної системи фізкультурної освіти є забезпечення спрямованості навчання на новітні інформаційні технології, що передбачено: «Стандартом вищої освіти України: перший (бакалаврський) рівень вищої освіти, галузь знань 01 Освіта/Педагогіка, спеціальність 017 Фізична культура і спорт. Київ: від 24.04.2019 р. №567» [563].

Проблема підвищення ефективності навчального процесу шляхом інтеграції новітніх інформаційних технологій у сферу фізичної культури і спорту є актуальною на всіх рівнях освіти. Зокрема, у ряді наукових робіт висвітлено можливості залучення інформаційних комп'ютерних технологій у процес фізичного виховання учнівської молоді з метою підвищення їхнього рівня знань [386].

Так, розроблена Н. Москаленко та, Д. Єлісєєвою (2016) інноваційна технологія зміцнення здоров'я дітей старшого шкільного віку в процесі самостійних занять фізичним вихованням передбачає поєднання традиційних (факультативні, семінарські заняття, лекції, бесіди) та інноваційних (навчальні ігри з використанням комп'ютерних технологій) засобів теоретичної підготовки [384].

Упродовж цього для учнів 15-17 років розроблена комп'ютерна програма «Фізичне виховання», яка складається з 5 модулів (фізичний розвиток, фізична підготовленість, функціональні показники, психофізіологічні показники, психологічні показники) та має на меті залучення учнів до занять фізичною культурою, але водночас здатна допомогти вчителю найбільш ефективно використати як навчальний час занять, так і час підготовки до уроку [615].

Дослідженню рівня теоретичної підготовленості учнів старших класів допомагає запропонована Є. Федоренко (2014) комп'ютерна програма «Фізична культура». Ця програма містить 24 тестові завдання з навчальної дисципліни «фізична культура», за правильне вирішення яких учням нараховуються бали. Після вирішення останнього завдання кожному учню одразу повідомляється кількість здобутих ним балів. Проведене автором комп'ютерне тестування дозволило виявити існування суттєвої різниці між рівнем теоретичної підготовленості школярів, які навчаються у загальноосвітніх школах, та учнів гімназії. Показники рівня знань гімназистів значно перевищують показники учнів загальноосвітніх шкіл [608].

Ефективному вдосконаленню рівня фізичного розвитку та технічної майстерності учнів 5-6 класів сприяє розробка та впровадження у навчальний процес середньої школи комп'ютерного навчального посібника з баскетболу [621].

Інформаційні технології використовуються також і в процесі фізичного виховання школярів молодших класів. Для цього розроблено відповідні засоби теоретичної підготовки, основними компонентами яких визначено: контрольний компонент (встановлення початкового рівня знань), компонент цілепокладання та мотивації діяльності (формування

мети та завдань для вивчення теоретичного матеріалу), компонент керуючих впливів (містить завдання для засвоєння знань та вмінь і рекомендації щодо складання комплексів загальнорозвиваючих вправ, ранкової гімнастики, індивідуальних програм самостійних занять тощо) [156].

Швидкому, невимушеному засвоєнню навчального матеріалу та підвищенню творчого потенціалу учнів сприяє використання комп'ютерних ігор під час занять із фізичної культури [600]. Проведені у цьому напрямі дослідження О. Міценко довели значне підвищення рівня теоретичних знань учнів молодших класів (5-11 років) завдяки застосуванню комп'ютерної гри «П'ятачок складає іспит з анатомії» та розроблених зошитів із фізичної культури [378].

На сьогоднішній день неможливо уявити заняття фізичним вихованням із дітьми, які мають різні вади здоров'я, без використання інформаційних технологій. Зокрема, застосування мультимедійних технологій на заняттях із дітьми, які мають вади слуху, створюють умови для практичного оволодіння ними знаннями та навичками, сприяє розвитку інтелектуальних та творчих здібностей школярів, розширює їхній загальний кругозір. Оскільки матеріал, що надається, сприймається зоровим аналізатором, це дозволяє вчителю вирішити чимало завдань: інтенсифікувати, індивідуалізувати та диференціювати процес навчання, підвищити його ефективність та якість, розвивати активність та пізнавальну діяльність, поглиблювати знання, формувати комунікаційні здібності та інформаційну культуру учнів, що дасть їм змогу комфортно почуватися в умовах інформаційного суспільства [158, 358].

Спроби оптимізації контролю за станом здоров'я школярів на основі використання комп'ютерних технологій здійснені в роботах А. Б. Ладиняк, Б. І. Ладиняк (2008), В. В. Зайцевої, В. Д. Сонькіна (1990), С. Л. Няньковського (1997), Хрущова зі співавт. (2004), О. А. Качан (2014). Аналіз наукової літератури виявив роботи, в яких розглядаються питання вдосконалення системи фізичного виховання і студентів ЗВО [231, 258, 325, 410, 638].

Так, була запропонована педагогічна модель управління фізичним вихованням студентів із застосуванням інформаційних технологій, що складалася із сукупності взаємопов'язаних елементів, таких як мета, завдання, зміст, засоби, методи, принципи, фактори, які обумовлюють діяльність студента [8].

Одним із напрямів процесу інформатизації фізичного виховання студентів є використання веб-ресурсів та створення електронного

портфоліо [199, 260, 610]. Використання технології портфоліо в освітній діяльності є ефективною формою вирішення важливих педагогічних завдань, таких як стимулювання мотивації студентів до навчання, сприяння їхній активності та прагненню до саморозвитку, формування здорового способу життя [343, 499, 543, 560].

Підвищити рівень теоретичних знань та зміцнити здоров'я студентів Р. С. Наговідин (2015) пропонує за рахунок упровадження розробленої ним програми мобільного навчання [396].

В умовах, коли динаміка видання друкованих праць у нашій державі щороку знижується [590], упровадження електронних версій посібників та методичних розробок набуває все більшого значення і сфера фізичної культури та спорту не є винятком [267, 579]. Наприклад, у дослідженнях В. М. Богданова зі співавт. (2013) доведено ефективність розробки та впровадження у процес викладання фізичної культури ЗВО електронних підручників, які складаються з навчальних комплексів «Основи фізичного виховання», «Контроль і самоконтроль фізичного розвитку», «Оздоровчий біг», «Атлетична гімнастика» та містять теоретичний і методичний матеріал, а також питання для перевірки засвоєння знань. За результатами досліджень авторів, такі засоби навчання сприяють самостійному оволодінню знаннями з фізичної культури, підвищенню рівня навчальної та наукової роботи студентів [45].

Залученню студентів до занять фізичним вихованням сприяє використання у навчальному процесі й засобів спортивно-орієнтованого фізичного виховання (СОФВ) із застосуванням ІТ [97, 145].

Визначення структури професійної компетентності фахівців із фізичної культури та спорту, а також здійснення аналізу думок експертів дозволили Бишивець зі співавт. (2016) встановити, що готовність фахівця передусім визначається його рівнем сформованості інформаційної компетентності, компонентами якої автори визначають: комп'ютерну грамотність, знання з використання ІТ у сфері фізичної культури та спорту, а також уміння розробляти та впроваджувати ІТ у навчальний процес [37].

Формування професійної компетентності майбутніх фахівців із фізичної культури та спорту засобами інноваційних технологій стало предметом дослідження В. А. Кашуби зі співавт. (2002, 2005, 2009) [260, 261, 262], Р. В. Клопова (2007, 2010) [269, 270], М. Я. Ярошик, М. В. Данилевич (2010) [679], П. К. Петрова (2011) [436], І. Хоменка, І. Глазиріна (2011) [636], Ю. В. Драгнєва зі співавт. (2012) [195], І. Гринченко (2013) [171, 172] та ін.

Сучасна парадигма вищої освіти передбачає, що майбутній фахівець з фізичної культури та спорту повинен знати основні інформаційні та комунікаційні технології, за допомогою яких вирішуються професійні завдання, вміти працювати з комп'ютерною та оргтехнікою на рівні досвідченого користувача; обробляти інформацію з використанням сучасних інформаційних технологій; застосовувати прикладні програмні та комп'ютерні засоби для використання в навчальній і науково-дослідній роботі [172, 195, 269, 436, 636].

Розвиток інформаційно-комунікаційних технологій надає можливості для реалізації дистанційної форми навчання. Форма навчання на основі інтернет-технологій (e-learning) набула особливого значення у підготовці та підвищенні кваліфікації фахівців із фізичної культури та спорту. Це обумовлено тим, що серед студентів ЗВО спортивного профілю є багато кваліфікованих спортсменів, які входять до складу збірних команд України та не завжди мають можливість відвідувати заняття через постійну участь у навчально-тренувальних зборах та змаганнях різного рівня. Водночас не менш важливим стає дистанційне навчання студентів із обмеженими фізичними можливостями [182, 657].

Важливим внеском у розвиток дистанційної підготовки фахівців із фізичної культури та спорту стала розроблена та представлена Р. В. Клоповим (2007) концепція впровадження дистанційної освіти, яка підвищує мобільність отримання навчального матеріалу [269].

Перспективи використання інформаційних та комп'ютерних технологій у фаховій підготовці майбутнього вчителя фізичної культури в умовах інформатизації вищої фізкультурної освіти розглянуто колективом авторів: Ю. В. Драгнєвим, С. С. Єрмаковим, М. В. Чекуновим (2012). У роботі розкривається поняття «інформатизації, як нового способу життя», мета якої спрямована на формування інформаційної культури студентів, що визначається їхньою комп'ютерною грамотністю. У свою чергу під комп'ютерною грамотністю розуміється оптимальний набір знань і навичок роботи на персональному комп'ютері, необхідний для повсякденної діяльності. Оволодіння комп'ютерною грамотністю формує інформаційну компетентність майбутнього фахівця, розширює горизонти освіти та сприяє розвитку її безперервності [195].

Моніторингом знань студентів ЗВО фізкультурного профілю з використанням комп'ютерних навчальних та тестувальних програм займалась плеяда науковців, а саме, В. В. Мулик (2005), Т. Т. Ротерс, В. С. Ашанін (2011), Л. В. Філенко (2016), Філенко зі співавт. (2016); Е. О. Ширшова (2005) та ін. Здійснені вченими дослідження дозволили

встановити: вплив когнітивних якостей студентів різних спортивних спеціалізацій на рівень засвоєння знань та створити групові й індивідуальні моделі студентів [13, 618, 619, 620, 621]; ефективність впровадження у процес підготовки студентів, які займаються туризмом, інформаційних навчальних та контролюючих технологій [616]; рівень інформаційної культури [662], термінологічної грамотності та стану сформованості фахово-термінологічної компетентності студентів [636].

Працюючи у цьому ж напрямі, Л. П. Сушенко зі співавт. (2003) розробили комп'ютерну програму «ССК: комплекс тестів для педагогічного оцінювання професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту» [578, 579].

Можливості застосування інформаційних технологій для підготовки студентів ЗВО сфери фізичної культури і спорту до педагогічної практики представлено в роботах М. Я. Ярошик та М. В. Данилевич (2010) [679].

Великий внесок у вдосконалення викладання навчальних дисциплін у вишній школі зроблено колективом авторів під керівництвом В. А. Кашуби [260, 261, 262, 263, 264]. А саме: запропоновано алгоритм розробки та поширення технологічних інновацій у системі підготовки фахівців із фізичного виховання та спорту. Зокрема, на кафедрі кінезіології НУФВСУ розроблено та впроваджено в межах навчальної дисципліни «Динамічна анатомія» інформаційно-тематичний комплекс "Постава", який сприяє засвоєнню теоретичних та практичних аспектів технології порушення тілобудови.

Застосування інформаційних технологій при викладанні дисциплін збереження здоров'я висвітлено в роботах Ж.Л. Козіної зі співавт. (2008), Малікова зі співавт. (2005), спортивно-педагогічних дисциплін – у працях В. М. Осіпова зі співавт. (2010), П. К. Петрова (2001), Н. А. Микитчук (2010) та ін. [281, 351, 367, 424, 437].

У низці досліджень розглянуто залучення ІТ як засобу формування біомеханічних знань. Різноманітні моделі навчальних та тестувальних програм ефективно впливають на хід засвоєння студентами-спортсменами таких знань [12, 188, 189, 433, 613].

На жаль, традиційна освіта, побудована на вербальному способі передачі навчального матеріалу, не в змозі охопити весь обсяг інформації, що постійно зростає. Педагогічні інновації, пов'язані із застосуванням новітніх технічних засобів навчання (мультимедійного обладнання) у підготовці фахівців із фізичної культури та спорту вищих навчальних закладів значно інтенсифікують навчальний процес, дозволяючи за той самий час передати значно більший обсяг навчального матеріалу,

підвищують пізнавальну діяльність, стимулюють прагнення до постійного самовдосконалення та готовність до самостійного навчання студентів, вносять елемент новизни. Особливостями таких засобів є: чітка, кольорова якість зображення; можливість зручного пояснення виду роботи; легке усунення недоліків і помилок у слайдах; корегування темпу й об'єму навчального матеріалу; значне підвищення рівня використання наочності на уроці; можливість розробки та представлення проєктів, зростання продуктивності заняття [115, 204, 501, 547].

Разом із тим, наявні науково-педагогічні дослідження вказують на те, що інтеграцію сучасних ІТ у підготовку фахівців з фізичної культури і спорту неможливо здійснити без вирішення наступних проблем [171, 172, 437]:

1. Низький рівень інформаційної грамотності професорсько-викладацького складу ЗВО;
2. Недостатньо розроблене програмно-методичне забезпечення навчального процесу та самостійної роботи;
3. Несформоване єдине інформаційне середовище, яке б дозволяло користуватися базами даних різних університетів, інститутів та факультетів фізкультурного профілю;
4. Відсутність належних матеріально-технічних умов підготовки фахівців із фізичної культури і спорту.

Прогрес в області високих технологій не оминув і процес підготовки спортсменів [344]. З цього приводу велику зацікавленість викликають дослідження Максименко І. Г. (2010), в яких автор обґрунтував технологію застосування комп'ютерних навчальних посібників і програм у навчально-тренувальному процесі 7-17 річних спортсменів-ігровиків.

Підготовлений автором електронний мультимедійний навчальний посібник „Основи відбору, навчання та тренування футболістів” (2004) складається з двох частин: теоретичної та тестової. У першій частині, поряд із текстовим матеріалом, містяться мультимедійні зображення, які демонструють виконання футбольних вправ. Перевірити власний рівень знань спортсмен може за допомогою другої частини посібника, обравши одну з трьох запропонованих відповідей на запитання. Після вирішення тестового завдання програма виставляє оцінку за п'ятибальною шкалою. О

Крім цього посібника, у своїх дослідженнях науковець застосовував комп'ютерну програму В. Я. Ванджури „Футбол і здоров'я” (2004). Отримані результати застосування ІТ у підготовці юних спортсменів засвідчили значне підвищення рівня технічної, тактичної, теоретичної підготовленості та якості уваги футболістів.

У своїй роботі Ж. Л. Козіна (2009) упровадила відеопосібники, в яких поєднано засоби мультиплікації та відеомонтажу з ілюстрацією виконання техніко-тактичних дій спортсменами високого класу у спортивних іграх [283].

У роботах В. С. Ашаніна, В. В. Романенко (2015) за допомогою комп'ютерних програм запропоновано здійснювати оцінку сенсомоторних реакцій спортсменів-єдиноборців [683].

Л. І. Рибак доведено ефективність застосування розробленої методики спеціальної стенограмної підготовки ралійних екіпажів [490], а С. Ю. Ібрагімовою (2015) [242] та О. Ю. Лядською (2010) [340] – ефективність використання комп'ютерних технологій на теоретичних заняттях із оздоровчого фітнесу та комп'ютерної програми «Fitball training» на заняттях із футболу з жінками першого зрілого віку відповідно [242, 340].

Розроблено комп'ютерні програми, за допомогою яких здійснюється контроль різних видів підготовленості спортсменів [684, 700, 711, 712], програми, що забезпечують інформаційне наповнення процесу навчання руховим діям, програми, що оптимізують фізичні навантаження залежно від віку, статі, спортивної спеціалізації [390, 655], а також антропометричних даних людини та встановленої мети заняття [668].

Можливість тренерам ефективно проаналізувати та оцінити технічну підготовленість спортсменів, знайти найефективніші шляхи підвищення їхньої технічної майстерності дає моделювання в галузі біомеханіки спорту, яке здійснюється за допомогою розроблених комп'ютеризованих програмно-апаратних комплексів [9, 232, 293, 576, 634].

Так, застосування програмного комплексу BioVideo дало можливість здійснити біомеханічний комп'ютерний аналіз відеограм опорних стрибків у спортивній гімнастиці та техніки бігу по прямій у шорттреку [36, 293, 633]. Удосконаленню техніки стрибків із жердиною сприяла розробка моделі за допомогою каскадної нейро-нечіткої мережі в пакеті «Medical Toolbox» [670].

Існують відомості про здійснення відеоаналізу рухів та перемішень стрільців із лука високої кваліфікації підчас тренувань та змагань, які тренери не здатні визначити у момент їх виконання [117].

Вирішенню завдань техніко-тактичної підготовки у фехтуванні сприяє поява комп'ютерних систем реєстрації і відеоаналізу рухів, які дозволяють моделювати раціональні способи виконання дій. Серед них комп'ютерні ігри «Фехтовальний поєдинок», «Byzantine» [652, 673], комп'ютерна програма «Анализ и моделирование соревновательной

деятельности фехтовальщиков» [651], вимірювальна система реєстрації рухів «SELSPOOT II» [725].

Існують спроби побудови ідеальної індивідуальної техніки виконання гімнастичних вправ шляхом складання комп'ютерних математичних імітаційних моделей рухів спортсменів [322].

У мережі Інтернет доступні для завантаження програмні додатки, розроблені під операційні системи iOS, Android, Windows Phone, що дозволяють отримати чимало інформації. Більшість із них створені з метою заміни особистого тренера. На прикладі таких програмних додатків, як «Бег, ходьба, велоспорт и фитнес с Endomondo», «Fitbit», «Cardio – пульсометр + 7 минут тренировки», «Instant Heart Rate пульсометр, Пульс, сердцебиение», «абс Фитнес: Личный тренер фитнес упражнений fitness», «ФИТНЕС для женщин», «iGym FREE – Дневник тренировок. Фитнес и бодибилдинг тренер», «Шагомер и счетчик шагов – ходьбы от StepsApp», «Фитнес тренер Fitness Online – тренировки в зале», «Nike», «Nike+ Fuel», «PumpUp - Health & Fitness Community» можна:

- відстежувати тривалість виконання вправи, швидкість, з якою рухався спортсмен, та дистанцію, що була подолана за тренування;
- рахувати кількість витрачених за тренувальне заняття калорій та планувати раціон харчування спортсмена;
- оцінювати рівень фізичної підготовленості за ЧСС та розрахувати рівень витривалості за показником максимального споживання кисню (VO_{2max});
- залежно від мети тренування підібрати вправи з детальною аудіо інформацією та відеоуроками;
- використовувати готові програми тренувань та створювати свої;
- оцінювати досягнення за допомогою статистики;
- аналізувати свої результати, вести щоденник тренувань;
- ділитися досвідом та знаходити підтримку однодумців [701, 716].

Розробка «тренажерно-дослідницьких комплексів» із різних видів спорту дає спортсмену можливість термінового отримання інформації, на основі якої він може здійснювати корекцію своїх дій під час тренувань та змагань [33, 74, 508, 509].

Так, найбільш інформативним та поширеним методом контролю спеціальної працездатності у боксі є система «Спудерг-10» [268, 508, 509]. У своїх дослідженнях С. Кіпріч зі співавт. виокремили три типи реакції організму кваліфікованих боксерів на стандартизовані тестові навантаження системи «Спудерг-10». Перший із них характеризується високим рівнем

реакції кардіо-респіраторної системи та працездатності спортсменів, другий має високий рівень реакції й індивідуальні відмінності працездатності при збереженні напруження систем функціонального забезпечення роботи, а третій характеризується зниженими показниками реакції та працездатності.

Розробка та впровадження С. І. Белих експериментальної методики, яка дозволила автору протягом півріччя забезпечити необхідний рівень техніко-тактичної підготовленості спортсменів шляхом її корекції та оцінки за допомогою комп'ютерної програмно-апаратної системи, вплинули і на теоретичну частину підготовки у кікбоксингу [33].

Сучасні технічні засоби надають великі можливості для вдосконалення тренувального процесу. У тренуваннях спортсменів, які розвивають витривалість, застосовується монітор серцевого ритму або кардіомонітор («Polar», «Sigma», «Geonate Cardio Bluetooth Smart», «Wahoo TICKR», «Garmin», «Torneo»). Цей прилад допомагає спортсменам правильно обрати інтенсивність тренувань шляхом отримання даних про ЧСС. Крім того, він дає можливість встановити темп пересування спортсмена. На сайтах виробників (polarpersonaltrainer.com) можна знайти чимало тренувальних програм, які забезпечують розвиток витривалості.

Разом із тим, для попередження можливого негативного впливу тренувань аеробного та змішаного (аеробно-анаеробного і анаеробно-аеробного) спрямування на організм спортсменів та забезпечення їх ефективності були розроблені та впроваджені у підготовку спортсменів, які спеціалізуються в ЦВС, авторські тренувальні програми з використанням кардіомоніторів. У розроблених програмах враховувалася не лише зовнішня, а й внутрішня сторона навантаження, яка повинна знаходитися в зоні оптимального діапазону енерговитрат, що обмежується мінімально та максимально допустимими величинами. Вони зумовлені рівнем функціональної підготовленості спортсменів, з покращанням якої зростає і оптимальний діапазон енерговитрат, тобто зростає мінімально та максимально допустимі їхні величини [628].

На офіційних YouTube каналах спортивних федерацій України [604] представлені відеозаписи міжнародних та всеукраїнських змагань та тренувань найкращих спортсменів світу. Це дає можливість здійснити аналіз техніки спортсменів високого класу та, водночас, посилює мотивацію спортсменів-початківців до занять.

Інформаційні технології стрімко проникають у формування професійних компетентностей також і спортивних суддів, на що звертає

увагу в своїх роботах І. А. Татарських зі співавт. (2014, 2015). Зокрема це стосується підготовки суддів зі спортивної акробатики шляхом застосування мультимедійної навчальної програми [583].

Незважаючи на те, що в останні роки з'являється значний інтерес до розробки і використання комп'ютерних програм у навчально-тренувальному процесі, постійно зростає кількість наукових робіт, присвячених можливостям застосування ІТ у фізичній культурі і спорті, разом із тим, питання їхньої кількості та якості залишаються актуальними. Існує думка, що сфера фізичної культури і спорту в цьому плані є недостатньо розвинутою. [436, 582].

Як відзначають науковці [188, 189, 437], підвищення рівня якості освіти у сфері фізичної культури і спорту постійно вимагає створення нових засобів навчання на основі використання сучасних інформаційних технологій. Це обумовлено, з одного боку, стрімким зростанням науково-технічного прогресу, а з іншого – з трансформацією системи освіти у відповідності до сучасних вимог та потреб.

У зв'язку з цим, вченими виявлено протиріччя між потребою інтенсивного впровадження ІТ у систему освіти з фізичної культури і спорту та недостатнім забезпеченням ними процесу навчання [49, 63, 582].

Отже, аналіз науково-методичної літератури та інших джерел довів всебітню популярність видів спорту, що відносяться до циклічних. Зростання спортивних результатів у цій групі видів спорту безпосередньо пов'язано з науковими досягненнями, що відображаються на усіх сторонах підготовки спортсменів, кожна з яких не проявляється відокремлено від інших. Водночас, теоретична підготовка складає своєрідну базу для всіх інших сторін підготовки і є запорукою успішної тренувальної і змагальної діяльності.

Разом із тим, на сьогоднішній день в різних групах видів спорту, зокрема у циклічних, досі відсутнє належне науково-методичне обґрунтування структури і змісту теоретичної підготовки, а також критерії контролю за її рівнем на різних етапах багаторічного спортивного удосконалення. Також відсутня інформація щодо впливу методів та засобів теоретичної підготовки на теоретичну підготовленість спортсменів, що спеціалізуються у ЦВС [84].

Незважаючи на модернізацію системи освіти загалом, постійне удосконалення системи підготовки спортсменів, а також існуючу законодавчу базу, спрямовану на інноваційні перетворення у вишій освіті, у теперішній час основним недоліком залишається невідповідність освіти запитам сучасного суспільства до підготовки фахівців [49, 63].

Виявлено протиріччя між потребою формування ключових компетентностей у майбутніх тренерів-викладачів та відсутністю відповідного змістового наповнення навчальних дисциплін ЗВО та технологій навчання, які сприятимуть підвищенню їхнього рівня теоретичної підготовленості з ЦВС.

Усе вище зазначене вказує на необхідність проведення наукових досліджень у вказаному напрямі.

РОЗДІЛ 2

ХАРАКТЕРИСТИКА ВИМОГ ДО ТЕОРЕТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ У ЦИКЛІЧНИХ ВИДАХ СПОРТУ

2.1. Обґрунтування вибору репрезентативних видів спорту

Незважаючи на те, що більшість ЦВС виникла досить давно, тому що базою їх створення слугували, як правило, природні, прикладні рухи, вони не втрачають перспективи свого розвитку і є популярними та поширеними в сучасному світі. Причинами цього є те, що вони у більшості випадків належать до індивідуальних видів рухової діяльності, і тому досягнення в них слугують орієнтирами можливостей людського організму. Крім того, у програмі XXXI Ігор Олімпіади (Ріо-де-Жанейро, 2016) близько 34 % від усіх комплектів медалей, що розігрувалися, припало саме на ЦВС, а у програмі XXII зимових Олімпійських Ігор (Сочі, 2014) – близько 37 % (Табл. 2.1). Це спонукає більшість країн, які змагаються за лідируючі позиції в політичній та економічній сферах суспільства, приділяти їх популяризації серед свого населення значну увагу [448].

Таблиця 2.1

Кількість комплектів нагород, які розігруються на Іграх Олімпіад та зимових Олімпійських Іграх у циклічних видах спорту

Види спорту		Кількість комплектів медалей		
		чоловіки	жінки	загальна
Легка атлетика (бігові види та ходьба)		15	14	29
Плавання		17	17	34
Веслування	академічне	8	6	14
	на байдарках і каное	8	4	12
Велосипедний спорт	трек	5	5	10
	шосе	2	2	4
Лижні гонки		6	6	12
Ковзанярський спорт		6	6	12
Шорт-трек		4	4	8

Разом із тим, на сьогоднішній день у спортивній діяльності, коли боротьба точиться за частки секунди, за лічені сантиметри, коли

методологія підготовки, рівень опанування технікою руху й функціональні можливості досягли найвищих меж розумного, перемогу здобуває та людина, яка володіє креативністю мислення, високим рівнем інтелекту та знань із обраного виду спорту [446, 448, 690].

Отже, саме теоретична підготовка у тренувальному процесі повинна займати значуще місце і якнайкраще реалізувати один із головних принципів тренування – принцип свідомості [413].

Тому потребу у теоретичній підготовці спортсменів на різних етапах багаторічного спортивного вдосконалення обґрунтовано роботами ряду фахівців, які стверджують, що знання повинні випереджати практику [56, 59, 90, 91, 446, 690].

З огляду на це, для аналізу інформаційного наповнення навчальних програм для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ та училищ олімпійського резерву в частині теоретичної підготовки спортсменів на різних етапах багаторічного удосконалення, нами було обрано чотири ЦВС. Три з них представлені найбільшою кількістю видів програми на Іграх Олімпіад та, відповідно, найбільшою кількістю комплектів нагород, що розігруються. Це такі види спорту, як легка атлетика (бігові види та ходьба), плавання, веслування (академічне, на байдарках і каное). Четвертий вид спорту, який ми обрали, це лижні гонки. Цей вид спорту лідирує за кількістю нагород на Зимових Олімпійських Іграх та, водночас, добре розвинутий і користується великою популярністю серед усіх верств населення в нашій державі [84, 88].

2.2. Теоретична підготовка в легкій атлетичі (бігові види і ходьба)

Підготовка спортсменів у легкій атлетичі – це багаторічний процес, який передбачає не лише виконання фізичних вправ, але й виховання волі та характеру, набуття знань, умінь і навичок із техніки й тактики в окремих видах легкої атлетики, а також із гігієни та самоконтролю. Багаторічна підготовка легкоатлета складається з фізичної, технічної, тактичної, теоретичної, психологічної та інтегральної підготовки [10, 405].

У «Навчальній програмі для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ з легкої атлетики» зазначено, що навчально-тренувальна робота проводиться у формі теоретичних і практичних занять. При цьому одним із основних завдань, що розв'язуються у процесі підготовки легкоатлетів, є набуття теоретичних знань і практичного досвіду, які необхідні для успішної тренувальної і змагальної діяльності [551].

Теоретичні заняття у легкій атлетичі проводяться у формі бесід і лекцій з демонструванням наочних посібників і показом навчальних фільмів. Для спортсменів, які тренуються на етапах ГП та ПБП, теоретичний матеріал радять викладати у формі індивідуальних і групових бесід протягом 15-20 хвилин, а також застосовувати наочні посібники і навчальні фільми. На етапах спеціалізованої базової підготовки та підготовки до вищих досягнень, рекомендується проводити лекції з демонстрацією ілюстративного матеріалу, показом навчальних фільмів, кіно- і фотодокументів тощо.

На всіх етапах підготовки пропонується також давати завдання для самостійного вивчення спеціальної літератури з легкої атлетики та періодично заслуховувати повідомлення учнів у вигляді короткої інформації.

Водночас, для всіх етапів підготовки спортсменів, незалежно від їхньої спеціалізації, запропоновані однакові блоки інформації з теоретичної підготовки легкоатлетів різної кваліфікації [551].

Так, блок «Історія розвитку легкої атлетики» налічує три теми: «Місце легкої атлетики у програмі давньогрецьких і сучасних Олімпійських ігор», «Розвиток легкої атлетики в Україні», «Рекорди українських спортсменів».

Наступний блок інформації, що запланований для теоретичної підготовки спортсменів у легкій атлетичі: «Короткі відомості про будову і функції організму» змістове наповнення якого складають чотири теми: «Загальні поняття про будову організму людини», «Роль серцево-судинної, дихальної та нервової систем у руховій діяльності», «Основні м'язові групи», «Утома, відновлення, пере тренованість».

За блоком: «Гігієна загартування, лікарський контроль та самоконтроль» до розгляду пропонуються дев'ять тем: «Гігієнічні вимоги до місць проведення занять і змагань», «Протипоказання до занять легкою атлетикою», «Причини травм та їх попередження», «Використання природних чинників для зміцнення здоров'я та загартування», «Поняття про спортивну форму», «Значення масажу та самомасажу», «Особиста гігієна», «Лікарський контроль та самоконтроль», «Основні положення системи спортивного тренування».

Блок «Основи техніки видів легкої атлетики» представлений чотирма темами: «Загальна характеристика видів легкої атлетики», «Роль індивідуальних особливостей в оволодінні й удосконаленні техніки рухів», «Взаємозв'язок техніки, рухових якостей і тактики в умовах змагальної

«Особливості», «Основні якісні показники техніки – ефективність та економічність рухів легкоатлета».

За блоком «Методика навчання і тренування» спортсмени мають можливість набути знання за шістьма темами: «Навчання і тренування як єдиний процес формування та удосконалення рухових навичок, фізичних і психічних якостей», «Роль наочних посібників і технічних засобів для навчального навчання і підвищення ефективності навчально-тренувальних занять», «Визначення і виправлення помилок», «Особливості планування навчально-тренувальних занять», «Роль розминки», «Змагальна діяльність».

Блок: «Суддівська практика» складається з тем: «Види змагань», «Знакомлення з правилами суддівства, організації і проведення змагань», «Підготовка місць занять та змагань», «Суддівська колегія, її склад та обов'язки», «Обов'язки суддів, учасників змагань, тренерів та керівників команд», «Оцінка досягнень у легкій атлетиці», «Положення про змагання», «Правила складання розкладу змагань», «Проведення змагань у якості суддів», «Самостійне проведення розминки», «Забезпечення безпеки під час навчально-тренувальних занять і змагань».

Разом із тим, у навчальній програмі [551] відсутні кількісні критерії річних обсягів навчально-тренувального навантаження з теоретичної підготовки на всіх етапах підготовки спортсменів, а також немає даних щодо форми проведення навчально-тренувальних занять та критеріїв контролю за теоретичною підготовленістю легкоатлетів.

Зважаючи на це, нами було проаналізовано навчальні програми з легкої атлетики часів Радянського Союзу (1985, 1986) [598, 599].

Так, одним із завдань у підготовці бігунів на короткі дистанції (100, 200, 400), що зазначені у навчальній програмі з легкої атлетики 1985 року [598], є збільшення теоретичних знань про тренування з бігу на короткі дистанції, ведення спортивного щоденника та вміння аналізувати записані у ньому дані.

Для першого року навчання 11–13 річних бігунів на короткі дистанції у групі, яка за термінами програми називається «навчально-тренувальна», на реалізацію теоретичної підготовки у річному макроциклі передбачено 12 годин, що складає 2,31 % від загальної кількості тренувальних годин на рік. На другому та третьому роках навчання у цій групі (спортсмени 12–14 та 13–15 років) частка теоретичної підготовки зростає до 20 годин, що відповідно становить 3,85 % та 2,56 % від загального тренувального навантаження у річному циклі підготовки. Для спортсменів четвертого (14–16 років) та п'ятого (15–17 років) років навчання пропонується реалізовувати передачу спеціальних знань впродовж 32 та 42 годин, що,

відповідно, дорівнює 3,42 % та 4,04 %, від загального обсягу навантаження передбаченого на навчальний рік.

Для легкоатлетів (16–20 років), які тренуються у групі, яка згідно з термінами програми називається «група спортивного вдосконалення», протягом усіх років підготовки кількість годин, виділена на теоретичну підготовку, є однаковою – 51 год., тобто становить 4,09 % від загальної кількості тренувальних годин на рік (1248 год.), які також є незмінними протягом трьох років підготовки спортсменів. Це свідчить про сталий підхід фахівців до планування навчально-тренувального навантаження з теоретичної підготовки для різних років навчання.

Водночас, незважаючи на чітко встановлене навчальне навантаження з оволодіння спеціальними знаннями, для бігунів на короткі дистанції різних років підготовки, відомості про структуру і зміст теоретичної підготовки та критерії контролю за рівнем теоретичної підготовленості у зазначеній навчальній програмі відсутні [551].

У навчальній програмі з легкої атлетики для підготовки спортсменів із бігу на витривалість (800–1500 м, 5000 – 10000 м, марафонців) та спортивної ходьби (1986) [599] року вказується, що набуття теоретичних знань дозволяє юним спортсменам правильно розуміти соціальне значення спорту та об'єктивні закономірності спортивного тренування, відповідально відноситися до занять і виконання завдань тренера, проявляти творчий підхід до тренувань та змагань. Теоретичний матеріал пропонується вивчати під час бесід, лекцій, перегляду кінострічок, читання спеціальної літератури.

У даній програмі запропоновано приблизний навчальний план теоретичної підготовки для усіх учбових груп та спеціалізацій, в якому подано короткий зміст чотирнадцяти тем, що пропонуються для вивчення спортсменам від 12 до 20 років. Різниця у навантаженні для спортсменів різних років навчання полягає у кількості годин, які з віком поступово збільшуються (від 12 годин на рік для спортсменів 12–14 років до 30 годин на рік для 18–20 річних спортсменів).

Разом із тим, визначення відсоткових показників частки теоретичної підготовки у загальному обсязі річного навантаження дає підстави стверджувати про «хвилюподібність» її обсягів. Так, у групі, що згідно з термінами цієї програми називається «навчально-тренувальна», на теоретичну підготовку легкоатлетів першого року навчання (12–14 років) від загального обсягу навантаження відводиться 2,31%; другого року навчання (13–15 років) – 1,79 %; третього року навчання (14–16 років) – 1,72 %; четвертого року навчання (15–17 років) – 1,92%. У групі, яка

відповідно до термінів програми називається «група спортивного вдосконалення», на першому році навчання спортсменам пропонується відвідати на теоретичну підготовку 2,08 %, на другому році – 2,24 %, на третьому 2,40 % від загального обсягу річного навантаження.

Разом із тим, контрольні заходи для перевірки рівня теоретичної підготовленості спортсменів із бігу на витривалість та спортивної ходьби щею програмою не передбачено. Крім того, у зазначеній програмі помічено необхідність цифрових значень розподілу навантаження за роками навчання, поданих на сторінках 5 та 29 [599].

Отже, у навчальних програмах із легкої атлетики 1985, 1986, 2007 років [551, 598, 599] відсутня програмно-нормативна база, належне науково-методичне обґрунтування структури і змісту теоретичної підготовки, а також не встановлені об'єктивні критерії контролю за рівнем теоретичної підготовленості легкоатлетів на всіх етапах багаторічного спортивного вдосконалення [59].

2.3. Теоретична підготовка у плаванні

Плавання є другим після легкої атлетики видом спорту за кількістю медальє, що розігруються. Цей вид спорту включає шість дисциплін: вільний стиль, брас, плавання на спині, батерфляй, комплексне плавання та естафети [449, 450, 519].

У «Навчальній програмі для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ із плавання (1995 р) [519] вказано, що інтелектуальна підготовка плавця визначається його світоглядом і широтою поглядів, у тому числі й на спорт, знаннями в галузі теорії і методики плавання, біології, психології, спортивної медицини та ін. Такі знання необхідні плавцям для якісної спортивної підготовки та творчого відношення до занять спортом.

Під інтелектуальною підготовкою у плаванні автори програми розуміють творче спілкування спортсмена з тренером, науковими співробітниками, лікарями та іншими фахівцями, які беруть участь у процесі спортивної підготовки, вивчення спеціальної літератури і досвіду найкращіших плавців нашої країни та світу, здійснення аналізу власної спортивної діяльності. Водночас зазначається, що інтелектуальна підготовка плавця визначається широтою його світогляду та рівнем знань із теорії та методики плавання, основ біології, психології, спортивної медицини та інших дисциплін, які є необхідними для формування креативного відношення до занять спортом.

Для груп ПП характерним є відсутність чітко визначеної кількості тем, що пропонується до розгляду на цьому етапі підготовки (Табл. 2.2), та кількість годин, яка повинна бути виділена на їхнє вивчення. Програмний матеріал із теоретичної підготовки подано лише в загальних фразах: «ознайомлення з раціональним режимом дня, основами гігієни, правилами поведінки на тренувальних заняттях».

Таблиця 2.2

Зміст теоретичної підготовки в системі багаторічного спортивного вдосконалення у плаванні

Тема	Етапи багаторічної підготовки				
	ПП	ПБП	СБП	ПдВД	
				Спортсмени	Інструктори
Плавання у світі та в Україні	Інформація відсутня	+	+	Інформація відсутня	–
Будова і функції організму людини		+	–		+
Правила суддіства, організації і проведення змагань		+	+		+
Режим харчування і гігієна плавця		+	+		+
Документи обліку тренувальної роботи; щоденник спортсмена		–	–		–
Основи змісту різних сторін підготовки плавця		–	+		–
Основи побудови тренувального процесу		–	+		–
Планування та облік у процесі підготовки плавця		–	+		–
Безпосередня підготовка до головних змагань		–	+		–
Фізична культура та спорт в Україні		–	–		+
Огляд розвитку і стану плавання		–	–		+
Лікарський контроль		–	–		+
Організація роботи секцій, команд		–	–		+
Загальні основи методики навчання та тренування		–	–		+
Обладнання місць занять. Інвентар та догляд за ним		–	–		+

Примітки: ПП – початкова підготовка; ПБП – попередня базова підготовка; СБП – спеціалізована базова підготовка; ПдВД – підготовка до вищих досягнень.

Для груп ПБП 1-го-4-го років навчання теоретична підготовка зводиться до вивчення правил змагань, особистої та суспільної гігієни. На цьому етапі підготовки до вивчення пропонуються п'ять тем:

1. Плавання у світі та в Україні.
2. Будова і функції організму людини.
3. Правила суддівства, організації і проведення змагань.
4. Режим харчування і гігієна плавця.
5. Документи обліку тренувальної роботи; щоденник спортсмена.

Кількість годин на рік, що відводяться на теоретичну підготовку спортсменів, становить від п'яти (на 1-му році навчання) до шести (на 2-4-му роках навчання). У відсоткових значеннях частка теоретичної підготовки у загальному річному навантаженні для плавців, які спеціалізуються на дистанціях 50, 100, 200 м, коливається від 1,54 % до 1,45 % на 1-му році навчання, від 1,48 % до 1,41 % на 2-му році навчання, від 1,10 % до 1,06 % на 3-му році навчання і від 0,96 % до 0,93 % на 4-му році навчання. Для плавців, які спеціалізуються на дистанціях 400, 500, 1500 м, ця частка зводиться у межах від 1,30 % до 1,23 % на 1-му році навчання, від 1,16 % до 1,12 % на 2-му році навчання і від 0,91 % до 0,89 % на 3-му році навчання. Такі дані вказують на те, що з підвищенням спортивної кваліфікації юних плавців частка теоретичної підготовки в загальному річному навантаженні зменшується.

Для груп спеціалізованої базової підготовки 1-го-3-го років навчання запропоновано сім тем із теоретичної підготовки:

1. Плавання в Україні та світі.
2. Основи змісту різних сторін підготовки плавця.
3. Основи побудови тренувального процесу.
4. Планування та облік у процесі підготовки плавця.
5. Харчування, відновлення, гігієна плавця.
6. Безпосередня підготовка до головних змагань.
7. Правила суддівства змагань.

Обсяг годин, відведених на їхнє вивчення, становить від 13-ти (для 1-го та 2-го років навчання) до 14-ти (для 3-го року навчання) на рік. Підрахунок відсоткових значень також свідчить про скорочення частки теоретичної підготовки в загальному річному навантаженні з кожним роком навчання. Так, для плавців, які спеціалізуються на дистанціях 50, 100, 200 м, відсоткова частка навантаження з теоретичної підготовки на першому році навчання становить 1,96 % - 1,82 %, на другому – 1,70 % - 1,60 %, на третьому 1,62 % - 1,53 %; для спортсменів, які спеціалізуються на дистанціях 400, 500, 1500 м, на першому році навчання вона не перевищує 1,82 % - 1,70 %, а на другому – 1,35 % - 1,28 % від загального тренувального навантаження у річному циклі підготовки.

У групах підготовки до вищих досягнень зазначено, що теоретична підготовка передбачає засвоєння спортсменом необхідного комплексу знань для ефективної підготовки до вищих досягнень шляхом творчого спілкування з тренером, науковими співробітниками, лікарями, а також шляхом самостійної роботи з літературою. Разом із тим, даних щодо тематики навчального навантаження з теоретичної підготовки та його обсягів на етапі підготовки до вищих досягнень не виявлено.

Водночас, на даному етапі підготовки пропонується проведення семінарів із підготовки громадських інструкторів із плавання. Навчальний план семінару з підготовки громадських інструкторів складається з теоретичних, методичних і практичних занять. На теоретичні заняття відводиться 17 годин, протягом яких заплановано розгляд наступних тем:

1. Фізична культура та спорт в Україні.
2. Огляд розвитку і стану плавання.
3. Короткі відомості про організм людини.
4. Гігієна. Лікарський контроль.
5. Організація роботи секцій, команд.
6. Загальні основи методики навчання та тренування.
7. Обладнання місць занять. Інвентар та догляд за ним.
8. Організація і правила змагань, суддівство.

Під час методичних занять упродовж 13 годин пропонується вивчення питань, які стосуються техніки і тактики виду спорту, методики навчання загальній та спеціальній фізичній підготовці. На практичних заняттях передбачається проходження спортсменами інструкторської практики (8 годин) та практики проведення змагань (2 години). Разом із тим, у навчальній програмі з плавання інформація щодо форми контролю та критеріїв оцінювання теоретичної підготовленості юних плавців відсутня.

Отже, отримані дані дозволяють констатувати нерівномірність представлення програмного матеріалу на різних етапах підготовки плавців. Встановлено, що на етапах ПП та підготовки до вищих досягнень не вказані заплановані обсяги навантаження з теоретичної підготовки в річному макроциклі та теми занять. Натомість на етапі підготовки до вищих досягнень є розділ підготовки громадських інструкторів із плавання, який передбачає теоретичну підготовку. В межах етапів ПБП та СБП виявлено щорічне зменшення відносних обсягів теоретичної підготовки.

Водночас, відсутні дані щодо форми контролю та критеріїв оцінювання теоретичної підготовленості юних плавців.

Також у програмі спостерігається отоотожнення понять теоретичної та інтелектуальної підготовки [60].

2.4. Теоретична підготовка у веслуванні (академічному, на байдарках і каное)

Веслувальний спорт широко розповсюджений в усьому світі. У процесі розвитку веслувального спорту утворилися багато його самостійних видів. Разом із тим, у нашій країні широко культивуються веслування на байдарках і каное та академічне веслування [370].

У «Навчальній програмі для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ та училищ спортивного резерву з веслування на байдарках і каное та веслувального спорту» [125] визначається, що до основних завдань підготовки спортсменів із метою досягнення ними високих спортивних результатів необхідно віднести формування спеціальних знань, умінь і навичок. Реалізація цієї мети лежить у площині набуття спортсменами теоретичних знань, які поглиблюють у них розуміння сутності тренувальної та змагальної діяльності.

У цій програмі зазначається, що серед групи наочних методів у тренувальному процесі з удосконалення різних сторін підготовленості спортсменів можуть бути використані комп'ютерні моделі, рольові ігри. При цьому засобів та методів, які могли би бути спрямовані на формування спеціальних знань спортсменів, автори не вказують [125].

Разом із тим, ця програма обумовлює здійснення теоретичної підготовки веслярів на різних етапах багаторічного вдосконалення як у процесі практичних занять, так і в спеціально відведений для цього час у вигляді бесід, перегляду відеозаписів виступу сильніших веслярів із детальним аналізом основних елементів та особливостей техніки й тактики, а також самостійної роботи з літературою.

Зокрема, при характеристиці змісту етапу ІІІ зазначено, що для спортсменів-початківців не слід планувати заняття із значними фізичними та психологічними навантаженнями, які припускають застосування складнішого, монотонного матеріалу. На нашу думку, це вказує на можливість більш широкого використання на цьому етапі засобів теоретичної підготовки. Найбільш удалими для дітей засобами теоретичної підготовки є бесіди, демонстрації кінограм, плакатів, стендів, навчальних фільмів. Програмний матеріал складається з тринадцяти тем, на вивчення яких протягом двох років відводиться 60 годин.

На етапі ПБП для поглиблення теоретичних знань веслярів пропонується вивчати методичну літературу з питань навчання та тренування, здійснювати розбір та аналіз техніки веслування, методів

навчання і тренування. Програмний матеріал складається з тринадцяти тем, на вивчення яких протягом трьох років відводиться 90 годин.

На етапі спеціалізованої базової підготовки, на додаток до вказаних вище методів та засобів теоретичної підготовки, включені розбір та аналіз окремих методичних статей, участь у плануванні та аналіз тренування, колективний аналіз кінограм відеозаписів, обговорення публікацій, розбір тактики спортсменів на змаганнях. Програмний матеріал, так само, як і на попередньому етапі, складається з тринадцяти тем, на вивчення яких протягом трьох років відводиться 90 годин.

Етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей передбачає додаткове застосування лекцій фахівців із фізіології, біомеханіки, біохімії, аналіз наукових джерел із питань підготовки спортсменів високого класу, даних контролю техніки веслування, дослідження виступів веслярів на змаганнях, перегляд кінозйомок та їх обговорення. Програмний матеріал складається з дванадцяти тем, на вивчення яких відводиться 32 години. Але у програмі спостерігається невідповідність між обумовленою кількістю годин та кількістю годин, відведених на теоретичну підготовку, яка вказана у плані-схемі річного макроциклу (30 годин). Крім того, у ній спостерігається повторення тем на різних етапах багаторічної підготовки. Якщо на перших двох етапах співпадають лише кілька тем, то на третьому і четвертому етапах зміст програмного матеріалу з теоретичної підготовки ідентичний (табл. 2.3).

Таблиця 2.3

Зміст теоретичної підготовки в системі багаторічного спортивного удосконалення у веслуванні на байдарках і каное та у веслувальному слаломі

Тема	Етапи багаторічної підготовки			
	ПП	ПБП	СБП	ПдВД
Фізична культура і спорт в Україні.	+	—	+	+
Українські спортсмени на Олімпійських іграх, чемпіонатах світу та Європи.	+	—	—	—
Стан і розвиток веслування на байдарках і каное та веслувального слалому.	+	+	+	+
Єдина спортивна класифікація України, спортивні розряди та звання у веслувальному спорті.	+	+	—	—
Гігієна, загартовування, режим.	+	+	+	+
Планування спортивної підготовки, методика ведення щоденника тренування.	+	+	+	+
Засади техніки веслування на байдарках і каное.	+	—	—	—

Задачі інструкції навчання і початкового тренування.	+	-	-	-
Техніка та спеціальна фізична підготовка. II значення в загальному тренуванні каякера.	+	-	-	-
Техніка і тактика виступу на байдарках і каное.	-	+	+	+
Задачі інструкції вдосконалення техніки в тренуваннях у виступах на байдарках і каное, веслувальному слаломі.	-	+	+	+
Теоретична, військова та загальнофізична підготовка.	-	+	+	+
Навчання при бранні та функції організму людини.	-	+	-	-
Важелі рухів, акри та функції каякера.	-	-	+	+
Навчання культури та дисципліни.	-	+	+	+
Техніка шлюпів каяканів.	-	-	+	+
Техніка і тактика при фрикціоні змету на воді, падіння каякера, спускання, травматичні випадки.	+	+	+	+
Техніка, організація та функції каяканів.	+	+	+	+
Спортивні ігри, фізкультура та спорт.	+	+	-	-
Техніка шлюпів і тактика.	+	+	-	-

Примітка: ПП – початковий підготовчий; ПБП – попередня базова підготовка; СБП – спеціальна базова підготовка; МБПД – підготовка до виступу на воді.

Важливою задачею перевірки рівня підготовленості на всіх етапах багаторічного вдосконалення у водному спорті є залучення спеціалістів.

Важливою наслідком зростання загального обсягу тренувального навантаження, кількості людей, залучених на теоретичну підготовку на усіх етапах багаторічного вдосконалення веслувальників на байдарках і каное та веслувального слалому, становить 30 годин на рік. Це вказує на те, що частка теоретичної підготовки у системі багаторічного вдосконалення веслувальників зменшується від етапу до етапу. Так, на етапі ПП на першому році навчання вона досягає 9,62 %, а на другому – 7,21 %. На етапі ПБП на першому році навчання вона дорівнює 4,81 %, на другому – 4,12 %, на третьому – 3,21 %. На етапі СБП на першому році навчання вона становить 2,40 %, на другому – 2,22 %, на третьому – 2,06 %. На етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей вона знижується до 1,81 %.

Супересентами є дані щодо початку введення у навчально-тренувальний процес інструкторської та суддівської практики. Так, у межах навчальної програми це пропонується робити після 3-х років занять водним спортом. Водночас, на етапі ПП основний програмний матеріал із видів підготовки вже містить цей розділ. Крім того, у навчальній програмі з водного спорту на байдарках і каное та веслувального слалому на жодному

етапі підготовки для інструкторської та суддівської практики навчальних годин не передбачено.

Авторами [125, 452] відзначено, що підводити спортсменів до параметрів тренувальної роботи, характерних для етапів підготовки до вищих досягнень і максимальної реалізації індивідуальних можливостей, необхідно поступово, протягом кількох років. Але, на жаль, у практиці спорту широко спостерігаються випадки форсованої підготовки спортсменів. Профілактикою цього явища може бути широке використання на тому чи іншому етапі багаторічної підготовки засобів теоретичної підготовки при наближенні спортсменів до функціонального резерву.

Порівнюючи попередню програму з «Навчальною програмою для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ та училищ олімпійського резерву з веслування академічного» (2011 рік) [658], було виявлено, що в останній для всіх років навчання на етапі ПП на теоретичні заняття виділяється стала кількість годин – 20 щорічно. Підрахунок відсоткових значень вказав на те, що їхня частка знижується з кожним роком. Так, на першому році навчання вона становить 6,4%, а на другому – 4,8% від загального тренувального навантаження у річному циклі підготовки.

Авторами [658] визначено мету теоретичної підготовки на етапі ПП, а саме – створення уявлення про веслування академічне як вид спорту. Весь теоретичний матеріал на цьому етапі представлений тринадцятьма темами. Характерно, що основний змістовий матеріал у навчальній програмі з веслування академічного [658], так само як і у навчальній програмі з веслування на байдарках і каное та веслувального слалому, розрахований на засвоєння його протягом етапу підготовки, а не кожного року навчання (табл. 2.4).

Таблиця 2.4

Зміст теоретичної підготовки в системі багаторічного спортивного удосконалення у веслуванні академічному

Тема	Етапи багаторічної підготовки			
	ПП	РБП	СБП	ПВБ
Фізична культура та спорт в світі та в Україні.	+	–	–	–
Загальне уявлення про олімпійський спорт.	+	–	–	–
Історія розвитку та сучасний стан веслування академічного в світі та в Україні.	+	+	+	–
Єдина спортивна класифікація.	+	+	–	–
Гігієна тіла та режим для юного весляра.	+	+	–	–
Гігієна тренувальних занять та відпочинку спортсменів.	–	+	+	–
Планування та облік спортивного тренування.	+	+	–	–
Засади техніки веслування академічного.	+	–	–	–

Засоби методики навчання та початкового тренування.	+	-	-	-
Фізична підготовка, її значення у спортивному тренуванні.	+	-	-	-
Техніка й тактика веслування академічного.	-	+	+	-
Засоби методики вдосконалення техніки та тренування у веслуванні академічному.	-	+	-	-
Психологічна, морально-вольова та психологічна підготовка юних веслярів.	-	+	+	-
Система підготовки спортсменів у веслуванні академічному.	-	-	+	-
Технічна підготовка спортсменів у веслуванні академічному.	-	-	+	-
Фізична підготовка спортсменів у веслуванні академічному.	-	-	+	-
Технічна підготовка спортсменів у веслуванні академічному.	-	-	+	-
Організаційні можливості організму веслярів.	-	-	-	+
Застосовані засади веслування академічного.	-	-	-	+
Знання про будову та функції організму людини.	-	+	+	-
Можливості підготовки кваліфікованих веслярів.	-	-	-	+
Зовнішній контроль та самоконтроль під час занять у веслуванні академічному.	-	+	+	-
Значення та зміст змагальна діяльність у веслуванні академічному.	+	+	-	-
Методично-технічне забезпечення підготовки веслярів.	+	+	+	-
Спортивні бази, обладнання та інвентар.	+	+	-	-
Заняття під час тренувальних занять.	+	+	-	-
Забезпечення безпеки при проведенні занять на воді.	+	+	+	-

Примітки: ПП – початкова підготовка; ПБП – попередня базова підготовка; СБП – спеціалізована базова підготовка; ПдВД – підготовка до високих досягнень.

Зрозумілим є те, що заявлений інформаційний матеріал є суттєво ускладнений і не відповідає вимогам та кваліфікаційному рівню спортсменів-початківців. Крім того, значним недоліком виступає також відсутність методичних (реалізаційних) положень теоретичної підготовки [446].

Аналізована програма на етапі ПБП для засвоєння знань пропонує також тринадцять тем. Проте, на відміну від першого етапу загальна кількість годин, відведених на теоретичну підготовку, зазнає позитивних змін: зростає з 20 годин на першому році навчання до 28 годин на четвертому. Визначення відсоткових показників дає підстави стверджувати про хвилюподібність виділених обсягів із трендами до їхнього зниження. Так, на першому році у групах ПБП спортсменам-веслувальникам

пропонується теоретичній підготовці приділяти 3,2%, другому році навчання – 3,3%, третьому – 2,6% та четвертому – 2,7% від загального обсягу тренувальних навантажень.

Окрім цього, починаючи з третього року навчання, у групах ПБП у навчально-тренувальний процес спортсменів пропонується ввести інструкторську та суддівську практику. Це, у свою чергу, вносить корективи у часовий розподіл навантаження. Отже, загалом на третьому та четвертому роках навчання можна говорити про виділення на теоретичну підготовку 3,6% та 4,2% відповідно.

Метою теоретичної підготовки на цьому етапі є вдосконалення знань про веслування академічне як вид спорту. Уся інформація з реалізації мети сконцентрована у низці тем. Методами при цьому виступають вивчення методичної літератури з питань навчання та тренування веслярів, розбір та аналіз техніки веслування, методів навчання та тренування.

Запропонована тематика з теоретичної підготовки потребує ґрунтовності її висвітлення, глибини мислення та об'єктивних закономірностей усвідомлення інформації. Проте представлений часовий розподіл навантаження унеможливорює її ефективне засвоєння спортсменами-веслувальниками.

З огляду на обмежений обсяг цього монографічного дослідження, нами виключено деталізований розгляд запропонованих тем. Проте можна стверджувати про недоліки їх планування, зокрема у частині співвідношення кількості окремих блоків інформації та виділених обсягів на їхнє засвоєння [6]. Відзначимо, що й окремі категорії не у повній мірі відповідають оптимальному наповненню теоретичної підготовки, адже в значній мірі стосуються таких сторін підготовки, як психологічна, технічна, тактична [446].

Перехід спортсменів на етап спеціалізованої базової підготовки у веслуванні позначається й на обсягах теоретичної підготовки, абсолютні значення якої природно зростають до 38 годин у перший рік навчання. Проте вже у наступних роках навчання вони знову зменшуються до 34 годин на рік.

У відсотковому співвідношенні на цьому етапі теоретична підготовка становить 3,0% на першому, 2,8% на другому та 2,3% на третьому році навчання. Варто відзначити, що усі роки навчання спортсменів містять інструкторську та суддівську практику, яка змінює співвідношення видів підготовки до 4,6% на першому та другому роках і 4,8% на третьому році на користь теоретичної підготовки. На цьому етапі пріоритетним для теоретичної підготовки визначається поглиблення знань про інновацій-

методів та засобів тренування, науково-методичне забезпечення підготовки лижників. Тут також актуалізуються такі методи теоретичної підготовки, як аналіз та аналіз окремих методичних статей, участь веслярів у плануванні та аналізі тренування, колективний аналіз кінограм, відеозаписів, а також літературний аналіз і статей із питань тренування веслярів, розбір тактики спортсменів у змаганнях [370]. Загалом до вивчення на цьому етапі представлено дванадцять тем.

На останньому етапі підготовки веслувальників (підготовки до вищих досягнень) спортсменам пропонується для вивчення чотири теми, на що відводиться 34 години щорічно. Це складає 2,0% від загального обсягу навчально-тренувального навантаження у річному циклі підготовки. З урахуванням інструкторської та суддівської практики, яка займає додатково 10 годин, на теоретичну підготовку приділяється близько 4,1% навчального часу.

Таким чином, аналіз навчальних програм [125, 658] підготовки веслувальників довів значну увагу до теоретичної інформації, яка підвищує якість навчально-тренувального процесу. Важливим є розуміння фахівцями значення теоретичної інформації в системі підготовки спортсменів, що забезпечує наявність заліку на різних етапах багаторічного вдосконалення та широкий розгляд теоретичних та практичних питань у межах її змісту.

Разом із тим, в аналізованих програмах частка обсягів теоретичної підготовки, що є відносно стабільною протягом багаторічного процесу навчання, не дає змогу сформувати так званого «свідомого» спортсмена. Крім того, у програмах не відображено інформацію щодо форми проведення заліку, його змісту, а також критеріїв оцінювання рівня теоретичної підготовленості веслярів. До недоліків можна віднести також відсутність категорій та блоків інформації та їх розподіл не за окремими рівнями навчання, а у цілому на етап підготовки. Це знижує логічний зв'язок інформації у навчально-тренувальному процесі [90].

2.5. Теоретична підготовка у лижних гонках

Лижні перегони – зимовий олімпійський вид спорту, один із найпопулярніших і найбільш масових. На сьогоднішній день на Олімпійських іграх із лижних перегонів розігрується 12 комплектів медалей, так як у цьому виді спорту існує кілька різновидів змагань: гонки з масовим стартом, гонки з масовим стартом, гонки переслідування, естафети, індивідуальний спринт і командний спринт [605].

Значне місце у підготовці лижників-гонщиків відведено теоретичній підготовці, роль якої в загальному процесі підготовки спортсменів зростає з підвищенням їхньої спортивної кваліфікації [56].

У навчальній програмі [625] з лижних гонок зазначено, що серед основних форм навчально-тренувальної роботи повинні бути присутні групові теоретичні та практичні заняття, а також перегляд навчальних кінофільмів, кінограм, кінокільцівок, відеозаписів, інструкторська та суддівська практика.

Зважаючи на наукові дані, надані низкою фахівців [625], ці форми проведення у значній мірі слугують реалізації власне теоретичної підготовки спортсменів. Це підтверджує і нашу вихідну гіпотезу про необхідність формування системи спеціальних знань спортсменів для подальшої якісної реалізації інших сторін підготовки спортсменів. При цьому аналізування підрозділу, пов'язаного з основними видами підготовки, вказує, що у процесі теоретичної підготовки лижників-гонщиків повинні набуватися спеціальні знання зі спорту вищих досягнень, кінезіології, біології локомоції, класифікації способів пересування на лижах та подолання перешкод, виконання технічних прийомів під час пересування по пересічній місцевості [625].

Аналіз обсягів тренувального навантаження вказує на сталий підхід фахівців до планування теоретичної підготовки на кожному з етапів підготовки. На етапі ІІІ, незалежно від року тренувань, пропонується реалізовувати передачу спеціальних знань упродовж 18 год. Це, відповідно, складає різну частку на різних роках навчання. Так, для першого року це 6,5% та другого – 4,9% від загального тренувального навантаження у річному циклі підготовки.

Дещо відмінна ситуація спостерігається на етапі ПБП (у навчально-тренувальній групі). Зокрема фахівцями запропоновано етап на дві частини: для 1-2-го років навчання та для 3-го та подальших років. При цьому для цих двох частин залишаються сталими абсолютні обсяги тренувального навантаження, спрямовані на реалізацію теоретичної підготовки: перший – 23 год. та другий – 36 год. Визначення відсоткових значень вказало, що у річному циклі підготовки лижники-гонщики приділяють на формування спеціальних знань на 1-му році навчання 4,17%, на 2-му – 3,57%, на 3-му – 4,35%, 4-му – 3,91%; 5-му – 3,56 % від загального обсягу навантаження у річному макроциклі.

Відзначимо, що починаючи з етапу ПБП у зміст навчально-тренувального процесу спортсменів-лижників вводиться інструкторська та суддівська практика. Цей розділ несуттєво збільшує частку обсягів

на формування специфічних знань та умінь до 16 год. на 1-2-му роках навчання і на 20 год. на 3-му та подальших роках навчання, що у загальному значенні складає на 1-му році навчання 2,90%, на 2-му – 2,44%, на 3-му – 2,42%, на 4-му – 2,17%, на 5-му – 1,98 % від загального обсягу навантаження у річному макроциклі.

Окремі із урахуванням інструкторської та суддівської практики на етапі ПБП (у навчально-тренувальній групі) на теоретичну підготовку відводиться на 1-му році навчання 7,07 %, на 2-му – 6,05 %, на 3-му – 5,77%, на 4-му – 6,08%, на 5-му – 5,54 % від загального обсягу навантаження у річному макроциклі.

Із переходом лижників-гонщиків на етап спеціалізованої базової підготовки відбувається збільшення абсолютної кількості годин, відведених на теоретичну підготовку, до 45. При цьому ця кількість є незмінною на наступному етапі, і на 1-му році навчання становить 4,08%, на 2-му – 3,76%, на 3-му – 3,49% від загального обсягу годин у річному макроциклі. Кількість годин, які пропонуються для інструкторської та суддівської практики становить 17 год., що на 1-му, 2-му та 3-му роках навчання відповідно становить 1,54 %, 1,42% та 1,32 %. Таким чином, загальний обсяг теоретичної підготовки лижників гонщиків із урахуванням інструкторської та суддівської практики на етапі спеціалізованої базової підготовки складає 5,62% на 1-му, 5,18% на 2-му, 4,81 на 3-му роках тренувальних занять.

Завершальним етапом, який виділений у навчальній програмі з лижних гонок [625], є етап підготовки до вищих досягнень (групи вищої спортивної майстерності). Аналізуючи динаміку обсягів теоретичної підготовки, можна відмітити, що укладачами програми запропоноване зменшення абсолютних показників для теоретичної підготовки до 32 год. на рік та, водночас, збільшення до 30-32 год. часу на інструкторську та суддівську практику. Таким чином відсоткові показники склали для першого року 2,17% (4,21 % з урахуванням інструкторської та суддівської практики) та 1,93 % (3,86 %) для другого року тренувань.

Крім того, встановлена невідповідність в обсязі годин, відведених на інструкторську та суддівську практику, що зазначені у підрозділі «Формування та облік навчально-тренувальної роботи» на с. 8-10 [625] та у змісті даної програми.

Розглядаючи зміст теоретичної підготовки спортсменів-лижників, варто відзначити, що використаний авторами підхід є незрозумілим та, аналізуючи дані спеціальної літератури з педагогіки та психології спорту, некорисним. На сторінках 38-41 [625] подано загальну структуру теоретичної підготовки для усіх етапів та років тренувань лижників-

гонщиків, який представлений тринадцятьма основними категоріями інформації та їхнім змістом:

1. Стан і розвиток лижних гонок в Україні.
2. Стислі відомості про будову та функції організму людини.
3. Вплив фізичних вправ, занять спортом на організм.
4. Спортивні бази, обладнання та інвентар.
5. Вибір місця для проведення навчально-тренувальних занять і змагань.
6. Гігієна, загартовування, режим харчування спортсменів.
7. Лікарський контроль, самоконтроль, надання першої допомоги, спортивний масаж.
8. Засади техніки лижних гонок.
9. Поняття про тактику в лижних гонках.
10. Засади методики навчання та тренування в лижних гонках.
11. Загальна та спеціальна фізична підготовка лижника.
12. Морально-вольова та психічна підготовка.
13. Правила, організація і проведення змагань.

Таким чином, у першому блоці розглядаються значення та місце лижних гонок у загальній системі фізичного виховання та спорту, етапи розвитку цього виду лижного спорту в Україні та країнах ближнього та дальнього зарубіжжя. Крім того, наголошується на необхідності вивчення стислих відомостей про виникнення лиж та їхнє використання, організацію та проведення перших змагань, спартакіади і чемпіонатів України, Кубків тощо. Зазначені теми пов'язані із сучасним лижним інвентарем, взуттям, спорядженням для лижних гонок. Вони також містять розгляд тенденцій розвитку лижних гонок, методики підготовки спортсменів, удосконалення правил змагань у цьому виді спорту.

При вивченні другого блоку пропонується розглянути будову організму людини: кісткова система, зв'язків апарат і м'язи, їхня будова та взаємодія, серце та судини, основні відомості про кровообіг, дихання та газообмін, органи виділення, центральну нервову систему.

Третім структурним блоком пропонується інформація про удосконалення функцій м'язової та серцево-судинної систем, кровообігу та дихання під впливом фізичних вправ і занять лижними гонками. Тут наголошено на значенні регулярних тренувань із лижних гонок для покращення здоров'я, підвищення рівня загальної працездатності та досягнення вершин спортивної майстерності.

Четвертий та п'ятий напрями інформації є досить схожими, проте авторами розглядаються як самостійні. В одному з них визначені

необхідність вивчення інформації стосовно вибору місця для розміщення лижних баз, обладнання лижних сховищ, вибір лижного інвентарю, його підготовки до занять і змагань, лижні мастила та парафіни. Інший аспект вивчення особливостей організації та проведення занять на лижних та навчальних і навчально-тренувальних лижних трасах. Особливості організації занять на схилах з метою профілактики травматизму.

У шостій категорії інформації широко, проте без диференціації за професійними етапами, представлено визначену проблематику. Серед тем присутні загальні гігієнічні вимоги до режиму дня, харчування, одягання, місць заняття, спорядження, одягу. Також розглядаються особливості гігієни, значення природних чинників, загартовування, особливості харчування (енергетичність, ємність, повноцінність).

Продовженням попереднього варто вважати сьомий блок, присвячений на розкриття значення та змісту лікарського контролю, значення функціональних проб та антропометричних вимірювань, співвідношення з об'єктивними показниками самоконтролю, щоденником самоконтролю, поняттями стомлення, перевтомлення. У ньому пропонується характеристика травм, причин їхнього виникання та профілактика надання першої долікарської допомоги, спортивного масажу та самомасажу.

Ряд наступних блоків інформації (8, 9, 11, 12) стосується власне навчально-тренувального процесу: це засади технічної, тактичної, фізичної, психологічної підготовок. Коротко характеризуючи висвітлену у цій частині теоретичної підготовки інформацію, зазначимо, що вона стосується спортивного апарату, значення та видів цих сторін підготовки, методів та засобів їх формування та контролю.

Варто відзначити, що авторами [625] пропонуються ще два блоки, які займають важливе місце у системі спеціальних знань як лижників-спортсменів, так і спортсменів у цілому. Вони стосуються засад методики тренування та тренування у лижних гонках (10) та правил, організації і проведення змагань (13). В першому з них пропонуються знання щодо організації тренувальних занять, їх змістового наповнення, загальних принципів, методів, засобів підготовки спортсменів. Пропонуються знання особливостей тренування в умовах середньогір'я та різних кліматико-географічних районах. У свою чергу, у другому включено знання з значенням спортивних змагань, їх видами, положенням про змагання, їх підготовкою, вибором місця проведення, організацією,

роботою та функціями суддівської колегії, її склад, а також правил поведінки спортсменів тощо (табл. 2.5).

Таблиця 2.5

Зміст теоретичної підготовки у системі багаторічного спортивного удосконалення лижників-гонщиків

Тема	Етапи багаторічної підготовки			
	ПП	ПБП	СБП	ПВД
Стислі відомості про виникнення лиж і лижного спорту. Лижний спорт в Україні та зарубіжних країнах	+	+	-	-
Матеріально-технічне забезпечення занять з лижних гонок. Лижний інвентар, спорядження, одяг і взуття. Лижні мастила та парафін	+	+	-	-
Обладнання місць занять з лижних гонок	-	-	-	-
Правила поведінки й техніки безпеки у заняттях з лижних гонок	+	+	-	-
Гігієна, загартування, режим дня, лікарський контроль та самоконтроль	+	+	-	-
Техніка основних способів пересування на лижах	+	+	+	-
Засади методики навчання і тренування лижників-гонщиків	-	-	+	-
Організація занять із ЗФП і СФП з лижних гонок	-	-	-	+
Правила, організація та проведення змагань з лижних гонок	+	+	-	-
Аналіз змагальної діяльності спортсменів у лижних гонках	-	-	+	-
Комплексний контроль у системі підготовки лижників-гонщиків	-	-	+	-
Відновлювальні засоби й заходи у процесі підготовки спортсменів у лижних гонках	-	+	+	-
Стислі відомості про будову та функції організму людини	-	-	-	-

Примітки: ПП – початкова підготовка; ПБП – попередня базова підготовка; СБП – спеціалізована базова підготовка; ПВД – підготовка до вищих досягнень.

Поруч із відсутністю диференціації спеціальних знань спортсменів-лижників проведено нами узагальнення дозволило констатувати нерівномірність представлення окремих тем на різних етапах багаторічного удосконалення спортсменів. Крім того, виявлено невідповідність загальної структури теоретичної підготовки, яку подано для всіх етапів підготовки [625], її змістовій частині, в якій представлено тематичний план теоретичної підготовки для кожного з етапів підготовки. Тобто, блоки інформації

«Фізичні вправи, заняття спортом на організм» (3), «Поняття про тактику в лижних гонках» (9) та «Морально-вольова та психічна підготовка» (12) не розглядаються на жодному з етапів підготовки, у той час, як теми 4, 10, 11, 12 (див. табл. 2.6), представлені для вивчення на різних етапах підготовки, у загальній структурі теоретичної підготовки не зазначені. Ми припускаємо, що таку невідповідність досі не було виправлено через ігнорування теоретичної підготовки у багаторічному спортивному вдосконаленні лижників-гонщиків.

Отже, у програмно-нормативних вимогах системи підготовки спортсменів в лижних гонках, що викладені в навчальній програмі, наявні певні невідповідності між обсягом навантаження, тематикою інформаційного матеріалу, засобами для реалізації теоретичної підготовки на різних етапах багаторічного вдосконалення.

Отримані нами дані вказують на нерівномірність представлення програмного матеріалу на різних етапах підготовки лижників-гонщиків та підтверджують необхідність включення нових змістових блоків інформації, застосування нових засобів та методів передачі інформації в умовах навчально-тренувального та змагального процесів із обов'язковим відображенням сучасного стану розвитку спорту та фізичної культури загалом [56].

2.6. Узагальнена характеристика вимог до теоретичної підготовки спортсменів у циклічних видах спорту

Таким чином, в усіх проаналізованих програмах теоретична складова, поряд з іншими сторонами підготовки, сприймається як невід'ємна частина формування у спортсменів спеціальних знань, умінь і навичок. При цьому відзначається, що теоретичні знання, спрямовані на пізнання закономірностей формування спортивної майстерності, позитивно впливають на процеси тренувальної і змагальної діяльності.

У цих програмах вказується, що теоретичні заняття можуть проводитися під опікою тренера у формі бесід і лекцій із демонструванням наочних посібників і показом навчальних фільмів, кіно- і фотодокументів. Крім того, у навчальній програмі з веслування на байдарках і каное та індивідуального слалому група наочних методів доповнюється такими засобами, як комп'ютерне моделювання та рольові ігри, а автори програми з акцентом на засоби розвитку інтелекту додають творче спілкування спортсмена з тренером, вивчення спеціальної літератури. Теоретичні заняття за цими програмами можуть здійснюватися як у ході практичних занять, так і у спеціально відведений для цього час.

В усіх проаналізованих програмах набуття спортсменами спеціальних знань передбачено протягом таких етапів багаторічного спортивного вдосконалення, як ПП, ПБП і СБП та ПдВД.

Що стосується етапу початкової підготовки, то не в усіх програмах чітко виписані кількість тем та годин, виділених на їхнє вивчення, а програмний матеріал подано лише в загальних фразах. І лише в програмах із лижних гонок [625], веслування на байдарках і каное та веслувального слалому [125], веслування академічного [658] пропонується стала кількість годин, а саме: у першій із них передачу спеціальних знань здійснювати упродовж 18 годин, у другій – 30 годин, а у третій – 20 годин щорічно.

На етапі ПБП місце теоретичної підготовки проявляється вже більш виразно. У кожній програмі окреслена повна кількість тем та годин, відведених на їх вивчення. Так, у програмі з веслування на байдарках і каное та веслувального слалому програмні матеріали складаються з тринадцяти тем, на вивчення яких протягом трьох років відводиться 90 годин (30 годин на рік). В аналізованій програмі з веслування академічного до вивчення пропонується також тринадцять тем, а загальна кількість годин, відведених на теоретичну підготовку, зазнає позитивних змін, зростаючи з 20 годин на першому році навчання до 28 годин на четвертому.

У програмі з плавання до вивчення спортсменами пропонується п'ять тем, а кількість годин становить 23 на чотири роки. Причому, якщо порівнювати з відсотковими значеннями частки теоретичної підготовки до загального обсягу годин, відведених на здійснення навчально-виховної роботи, то в останній програмі з підвищення спортивної кваліфікації юних плавців частка теоретичної підготовки в загальному річному навантаженні зменшується.

У програмі з лижних перегонів упорядниками запропоновано для перших двох років навчання на реалізацію теоретичної підготовки спрямовувати по 23 години, а для третього та подальших років – по 36 годин. Порівняння відсоткових значень частки теоретичної підготовки до загального річного навантаження засвідчило, що найменша її величина простежується у програмі з плавання, особливо це стосується плавців-стаєрів, а найбільша – у програмі з удосконалення майстерності веслувальників на байдарках і каное.

Незважаючи на те, що з переходом спортсменів на етап спеціалізованої базової підготовки прослідковується збільшення абсолютної кількості виділених годин на теоретичну підготовку, однак відносна їхня частка до загального річного навантаження з кожним роком зменшується (див. табл. 2.6).

Таблиця 2.6

Обсяг річного навантаження з теоретичної підготовки в системі багаторічного спортивного вдосконалення представлено у навчальних програмах з циклічних видів спорту

Вид спорту	Групи (етапи) багаторічної підготовки							
	ПП		ПБП		СБП		ПдВД	
	1-2 роки навчання		1-3 і більше років навчання		1-2 і більше років навчання		Увесь термін	
	години	%	години	%	години	%	години	%
Боротьба вільна	30	9,62-7,21	30	4,81-3,21	30	2,40-2,06	30	1,8
	20	6,40-4,80	20-28	3,20-2,70	38-34	3,0-2,30	34	2
Дзюдо жіночий	18	6,50-4,90	23-36	4,17-3,56	45	4,05-3,49	32	2,17-1,93
Дзюдо чоловічий	кількісні критерії річних обсягів навчально-тренувального навантаження з теоретичної підготовки відсутні							
Дзюдо жіночий	Інформація відсутня	5-6	1,54-0,93	13-14	1,96-1,53	Інформація відсутня		
			1,30-0,89		1,82-1,28			

Примітки: ПП – початкова підготовка; ПБП – попередня базова підготовка; СБП – спеціалізована базова підготовка; ПдВД – підготовка до виступів на змаганнях.

На жаль, такий стан речей продовжується й на етапі підготовки до змагальних зусиль. Не змінює вирішення проблеми й уведення у зміст програм інструкторської та суддівської практик, хоча вони дещо збільшують обсяг годин, відведених на теоретичну підготовку (табл. 2.7). Крім того, тематика інструкторських і суддівських семінарів багато в чому збігається з темою, яку розглядаються під час теоретичних занять у роботі тренера зі спортсменами на етапах багаторічного вдосконалення, як от: «Стан розвитку виду спорту», «Відомості про організм людини», «Основи методики навчання та тренування», «Гігієна та лікарський контроль» тощо.

Обсяг річного навантаження з інструкторської та суддівської практики в системі багаторічного спортивного вдосконалення, представлене у діючих навчальних програмах із циклічних видів спорту

Вид спорту		Групи (етапи) багаторічної підготовки					
		ПБП		СБП		ПдВД	
		1-3 і більше років навчання		1-2 і більше років навчання		Увесь термін	
		години	%	години	%	години	%
Веслування	на байдарках і каное	кількісні критерії річних обсягів навчально-тренувального навантаження відсутні					
	академічне	10-16	1,07-1,54	20-36	1,60-2,47	36	2,16
Лижні гонки		16-20	2,90-1,98	17	1,54-1,32	30-32	2,17-1,93
Легка атлетика		кількісні критерії річних обсягів навчально-тренувального навантаження відсутні					
Плавання						10	25

Примітки: ПБП – попередня базова підготовка; СБП – спеціалізоване базова підготовка; ПдВД – підготовка до вищих досягнень.

Аналіз тем із теоретичної підготовки, представлений в аналізованих програмах, засвідчив їхнє повторення на різних етапах багаторічного тренування. Причому, якщо на перших етапах співпадають, як правило, лише кілька тем, то у подальшому зміст програмного матеріалу практично ідентичний. Це вказує на одноманітне, стандартне наповнення теоретичної підготовки, а це неприпустимо з поглибленням навчально-тренувального процесу та зростанням спортивної майстерності. Крім того, у програмах практично не відтворено можливості ознайомлення спортсменів із сучасними досягненнями спортивної науки за результатами прикладних та фундаментальних досліджень, що збіднює наповнення процесу підготовки, особливо на етапах підготовки до вищих досягнень.

Таким чином, у навчальних програмах із ЦВС виявлені невідповідності між обсягом навантаження, тематикою інформаційного матеріалу, засобами реалізації теоретичної підготовки на різних етапах багаторічного

удосконалення. При цьому спостерігається зниження з кожним наступним етапом відносного показника обсягу теоретичної підготовки до абсолютної кількості годин, відведених на здійснення навчально-тренувального процесу в макроциклі, тобто основні акценти підготовки поставлені майже виключно на практичній діяльності спортсменів.

Ще одним їхнім недоліком також є дублювання багатьох тем із теоретичної підготовки у програмах на різних етапах багаторічного тренування. Це збільшує інформаційний матеріал, однобоко формує спеціальні знання у спортсменів. До того ж, практично відсутній програмний матеріал, який висвітлює впровадження у процес підготовки прикладних і фундаментальних наукових досліджень, що особливо необхідно на більш пізніх етапах спортивного удосконалення.

Установлене протиріччя між зростанням рівня спортивної майстерності та потребою у збільшенні глибини та обсягу знань спортсменів підтверджує необхідність включення в їхню підготовку нових змістових блоків інформації, пошуку нових засобів та методів передачі теоретичних знань. Тобто виникає нагальна потреба у створенні нового підходу до науково-методичного обґрунтування структури і змісту теоретичної підготовки в ЦВС.

СТАВЛЕННЯ ФАХІВЦІВ ДО ТЕОРЕТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ В БАГАТОРІЧНОМУ ВДОСКОНАЛЕННІ СПОРТСМЕНІВ У ЦИКЛІЧНИХ ВИДАХ СПОРТУ

3.1. Узагальнена думка спортсменів стосовно теоретичної підготовки в циклічних видах спорту

Аналіз науково-методичних джерел та дійсних навчальних програм для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та училищ олімпійського резерву з ЦВС [125, 519, 625, 658] дозволив визначити структуру та зміст інформаційного наповнення програмного матеріалу з теоретичної підготовки, що, у свою чергу, посприяло розробці анкет для опитування кваліфікованих спортсменів (ЗМС, МСМК, МС, КМС), які спеціалізуються в таких видах спорту, як легка атлетика, плавання, веслування, лижні перегони [87].

Загальна кількість опитаних спортсменів становила 146 осіб, серед яких: 28 легкоатлетів, 29 плавців, 67 веслувальників та 22 спортсмени, які спеціалізуються в лижних перегонах. У числі опитаних: 63 – КМС, 66 – МС, 12 – МСМК, 2 – ЗМС, 3 – МССРСР. У середньому вік опитаних становив $22 \pm 0,47$ років, стаж занять спортом – $9,48 \pm 0,35$ років, кількість занять на тиждень – $7,88 \pm 0,20$ разів.

Анкета для спортсменів включає 9 змістових запитань, які розподілені за типами на сім закритих, з яких одне (2) – альтернативне, п'ять (1, 4, 5, 6, 9) вибіркових, одне (6) ранжувальне, два (3, 7) напіввідкриті.

Після встановлення віку респондента, виду спорту, спортивного розряду (звання), спортивного стажу, кількості тренувань на тиждень у Питанні 1 визначається значущість блоків інформації з теоретичної підготовки на різних етапах багаторічного спортивного вдосконалення; у Питаннях 2, 3 та 8 – ставлення респондентів до теоретичної підготовки; у Питаннях 4 та 5 – розподіл та обсяг навантаження з теоретичної підготовки на різних етапах багаторічного спортивного вдосконалення; у Питаннях 6 та 7 – найефективніші засоби та методи теоретичної підготовки. Опитувані власний рівень знань із обраного виду спорту респонденти змогли відповісти на Питання 9.

Всі отримані результати анкетування були перевірені на нормальність розподілу за допомогою критерія узгодженості χ^2 Пірсона.

Таким чином, нами встановлено ставлення кваліфікованих спортсменів до узагальнених розділів теоретичної підготовки на різних етапах багаторічного спортивного удосконалення. Респонденти оцінювали важливість цих розділів на кожному з етапів багаторічної підготовки за наступними критеріями: «не важливий розділ», «скоріше важливий, ніж не важливий», «важливий», «дуже важливий» [52].

Як видно з Рисунку 3.1., найбільший відсоток респондентів (44.52 %, 43,84 % та 38,36 %) наполягає на важливості розділу «Історія вашого виду спорту» на етапах підготовки, відповідно, ПП, ПБП та СБП. Деяко менший відсоток опитуваних (32,88 %, 38,36 % та 36, 30 % відповідно) вважає цей розділ «скоріше важливим, ніж не важливим». «Дуже важливим» його вважають 17,81 % (ПП), 13,01 % (ПБП) та 13,01 % (СБП) опитуваних. І «не важливим» він є для 4,79 %, 4,79 % і 10,27 % спортсменів.

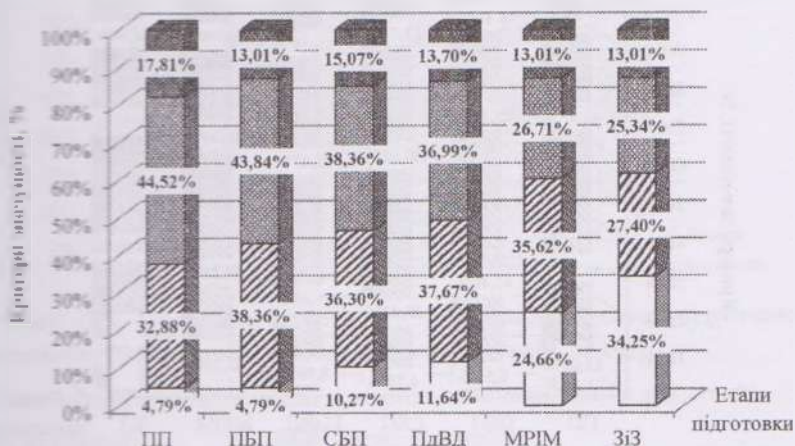


Рис. 3.1. Значущість розділу «Історія вашого виду спорту» (на матеріалі опитування спортсменів, n=146):

- - не важливий розділ; ▨ - скоріше важливий, ніж не важливий;
- - важливий; ▩ - дуже важливий.

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації спортивних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної діяльності та поступового зниження досягнень.

На етапах ПдВД, МРІМ, ЗіЗ помітно тенденцію до зниження значущості вказаного розділу. Так, найбільша кількість респондентів (37,67 % і 35,62 %) вважають інформацію, що він містить, «скоріше важливою, ніж не важливою» на четвертому та п'ятому етапах підготовки, а стосовно шостого та сьомого етапів – найбільша кількість опитаних спортсменів (34,25 %) оцінили цей розділ як «не важливий» (див. Рис. 3.1).

Розділ «Гуманітарні та соціалізувальні знання у підготовці спортсменів» на більшості етапів підготовки був визначений як «важливий», що у відсотковому значенні становить 42,47 % (ПП), 45,21 % (ПБП), 50,68 % (СБП), 42,47 % (ПдВД), 36,30 % (МРІМ). Незважаючи на це, що більшість опитаних (33,56 %) оцінили цей розділ як «скоріше важливий, ніж не важливий» на етапах ЗіЗ, значна кількість респондентів (31,51 %) наполягає на його значущості (Рис. 3.2).

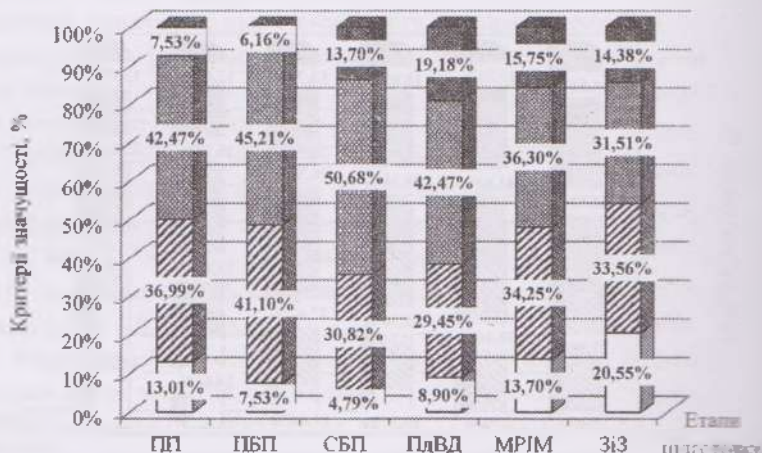


Рис. 3.2. Значущість розділу «Гуманітарні та соціалізувальні знання у підготовці спортсменів» (на матеріалі опитування спортсменів, n=146):

- не важливий розділ;
- скоріше важливий, ніж не важливий;
- важливий;
- дуже важливий.

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень.

Потреба у знаннях за розділом «Загальні основи підготовки спортсменів» відмічається спортсменами на усіх етапах підготовки. Найвища частка респондентів, які відмітили його як «важливий», досягає 36,99 % (ПП), 47,95 % (ПБП), 56,85 % (СБП), 52,74 % (ПдВД), 38,36 % (МРІМ) та 38,36 % (ЗіЗ), а частка спортсменів, які оцінили його як «не важливий» досягає 21,23 % (ПП), 15,07 % (ПБП), 21,92 % (СБП), 27,40 % (ПдВД), 34,25 % (МРІМ) та 27,40 % (ЗіЗ) (Рис. 3.3).

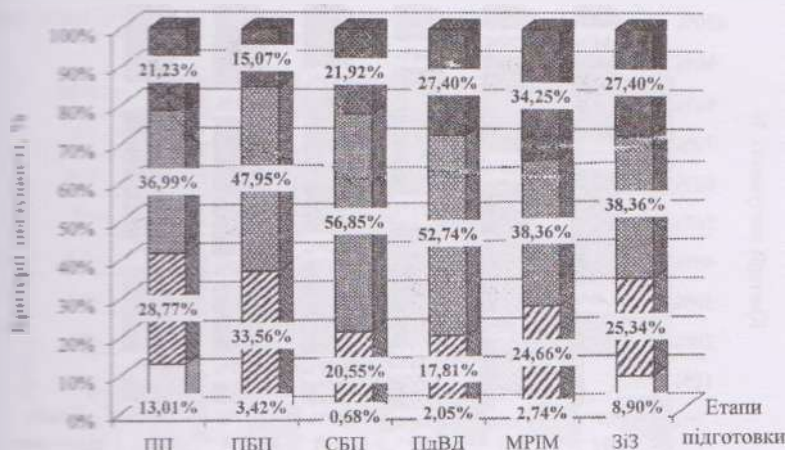


Рис. 3.3. Значущість розділу «Загальні основи підготовки спортсменів» (на матеріалі опитування спортсменів, $n=146$):

□ - не важливий розділ; ▨ - скоріше важливий, ніж не важливий;
 ▤ - важливий; ▩ - дуже важливий.

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації досягнутих можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної діяльності та поступового зниження досягнень.

Спостерігається рівномірне зростання значущості узагальненого розділу «Зміст спортивної підготовки» від етапу ПП до ЗіЗ. Так, 44,52 % спортсменів оцінюють значущість цього розділу на етапі ПП на рівні «важливого», а 13,01 % – на рівні «дуже важливого». Відносно інших етапів, ці показники поступово підвищуються і для етапу ПБП становлять

48,63 % та 13,70 %, етапу СБП – 58,22 % та 19,86, етапу ПдВД – 50,0 % та 33,56 % відповідно.

Разом із тим, відсоток респондентів, які ставляться до цього розділу як до «дуже важливого» на етапах МРІМ та ЗіЗ, перевищує відсоток опитаних, які оцінюють його як «важливий». Так, стосовно етапу МРІМ «важливим» його вважає 38,36 %, а «дуже важливим» – 45,21 % респондентів відповідно. Щодо етапу ЗіЗ, ці частки складають 37,67 % та 41,78 % (Рис. 3.4).

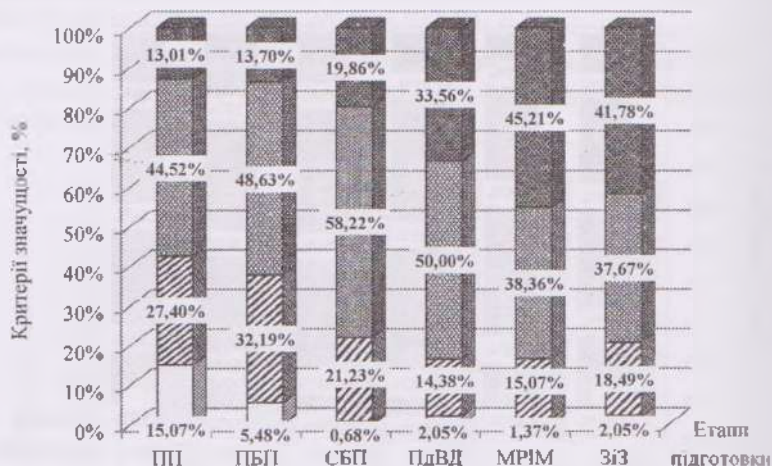


Рис. 3.4. Значущість розділу «Зміст спортивної підготовки» (на матеріалі опитування спортсменів, n=146):

□ - не важливий розділ; ▨ - скоріше важливий, ніж не важливий;
 ■ - важливий; ▩ - дуже важливий.

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень.

Незважаючи на те, що стосовно етапу ПП можна констатувати рівномірний розподіл оцінок значущості розділу «Планування підготовки спортсменів» (21,23 % – «не важливий», 24,66 % – «скоріше важливий, ніж не важливий», 32,88 – «важливий», 21,23 – «дуже важливий») від першої до

процесу багаторічного вдосконалення, нами зафіксовано певні тенденції його значущості.

Отже, якщо більшість опитуваних (32,88 %, 34,93 % та 43,15 %) розділу як «важливий» на етапах ПП, ПБП та СБП, і дещо менший відсоток спортсменів (21,23 %, 23,29 % та 36,99 %) визначив такі розділи як «дуже важливі», то, починаючи з етапу ПдВД, значно більша частка респондентів (58,22 %, ПдВД; 64,38 %, МРІМ; та 59,59 %, ЗіЗ) цьому розділу знань оцінку «дуже важливий», натомість «важливий» його на етапі ПдВД вважають 28,77%, на етапі МРІМ – 25,34 % та на етапі ЗіЗ – 23,97 % опитаних спортсменів (Рис. 3.5).

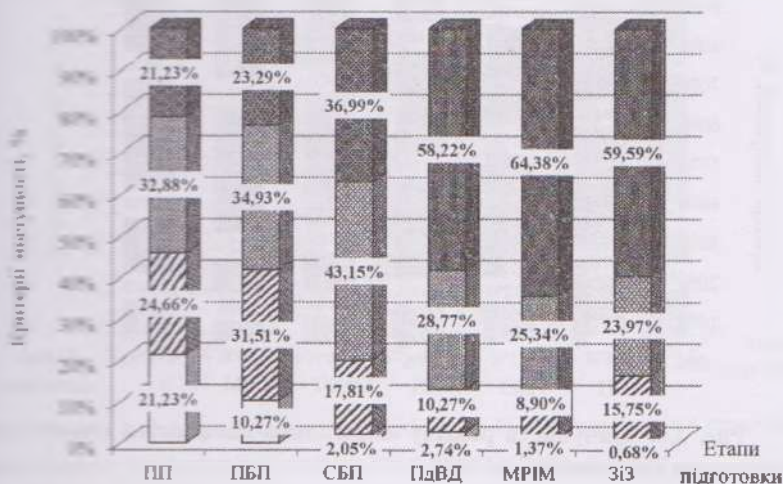


Рис. 3.5. Значущість розділу «Планування підготовки спортсменів» (на матеріалі опитування спортсменів, n=146):

□ - не важливий розділ; ▨ - скоріше важливий, ніж не важливий;
 ■ - важливий; ▩ - дуже важливий.

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації фізичних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної активності та поступового зниження досягнень.

Схожа тенденція спостерігається й у ставленні спортсменів до розділу «Змагальна діяльність». Тобто, якщо більший відсоток опитаних

спортсменів (39,04 %, 44,52 % та 45,21 %) оцінює потребу в інформації, яку містить цей розділ, на рівні «важливий» на етапах ПП, ПБП та СБП, а значно менший відсоток респондентів (23,29 %, 28,08 % та 41,10 %) визначає її як «дуже важливу», то відсоткова частка спортсменів, які вказують, що на наступних етапах підготовки інформація стосовно змагальної діяльності є «дуже важливою» (62,33 %, ПдВД; 70,55 %, МРІМ; та 56,85 %, ЗіЗ), значно перевищує відсоток спортсменів (31,51 %, ПдВД; 21,23 %, МРІМ; 27,40 %, ЗіЗ), які визначають її як «важливу» (Рис. 3.6).

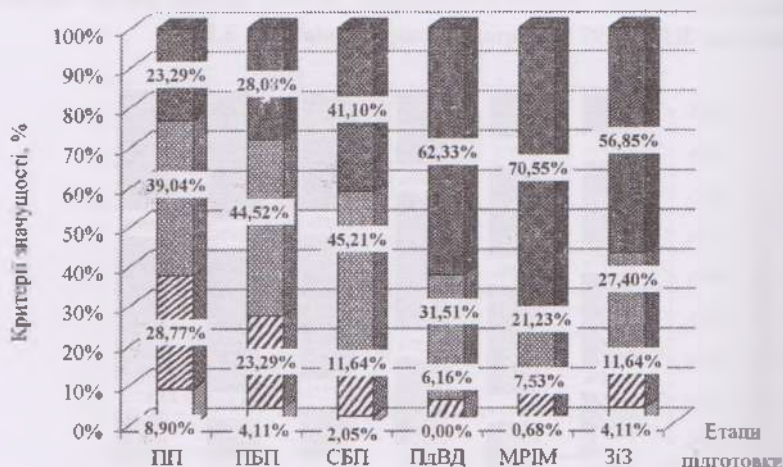


Рис. 3.6. Значущість розділу «Змагальна діяльність» (на матеріалі опитування спортсменів, n=146):

- не важливий розділ;
 - скоріше важливий, ніж не важливий;
- важливий;
 - дуже важливий.

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень.

Розділ «Медико-біологічні основи спортивної підготовки» більшість спортсменів (41,10 %) визначили як «скоріше важливий, ніж не важливий» на етапі ПП, і значно менша відсоткова частка опитуваних оцінили його як «важливий» (26,03 %) та «дуже важливий» (17,81 %). В подальшому значущість цього розділу зростає, і вже на етапах ПБП та СБП

Важливість респондентів, що склала 50,0 % та 54,79 %, наполягають на оцінці «важливий», а 17,12 % та 28,08 % – на оцінці «дуже важливий», відповідно.

На наступних етапах багаторічного спортивного удосконалення важливість розділу «Медико-біологічні основи спортивної підготовки» зростає і на етапах ПдВД, МРІМ та ЗіЗ – на оцінці «важливий» наполягають 38,36 %, 28,08 % та 26,71, а на оцінці «дуже важливий» – 52,05 %, 62,33 % та 58,22 % опитаних, відповідно (Рис. 3.7).

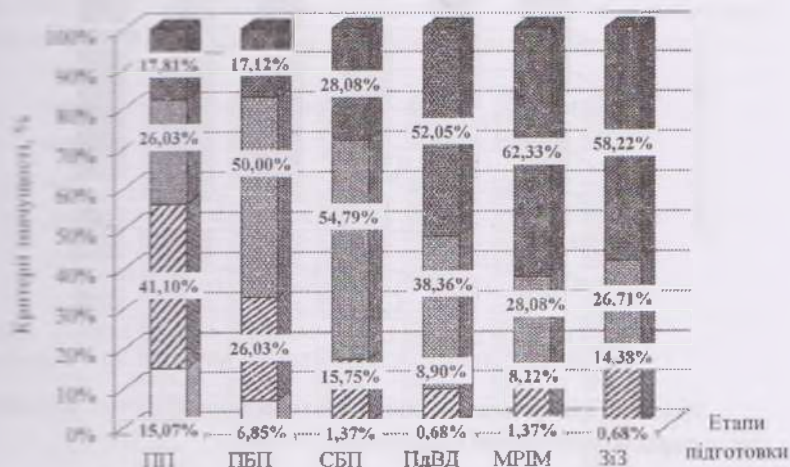


Рис. 3.7. Значущість розділу «Медико-біологічні основи спортивної підготовки» (на матеріалі опитування спортсменів, n=146):

□ - не важливий розділ; ▨ - скоріше важливий, ніж не важливий;
 ■ - важливий; ▩ - дуже важливий.

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень.

Оцінки спортсменів стосовно значущості розділу «Матеріально-технічне забезпечення» на етапах ПП та ПБП розподілилися майже однаково. Так, відповідно, 29,45 % і 28,08 % опитаних вважає цей розділ «скоріше важливим, ніж не важливим», 36,99 % і 40,41 % – «важливим», а 36,71 % і 28,77 % – «дуже важливим». Разом із тим, на наступних етапах

підготовки значущість цього розділу зростає, і, вже починаючи з етапу СБП, більшість спортсменів (43,84 %) оцінюють його як «дуже важливий». Щодо етапів ПдВД, МРІМ та ЗіЗ, цей показник досягає 60,27 %, 60,96 % та 58,85 % відповідно. У свою чергу «важливим» він є для 39,04 % (СБП), 24,66 % (ПдВД), 23,29 % (МРІМ) та 21,23 % (ЗіЗ) опитаних (Рис. 3.8).

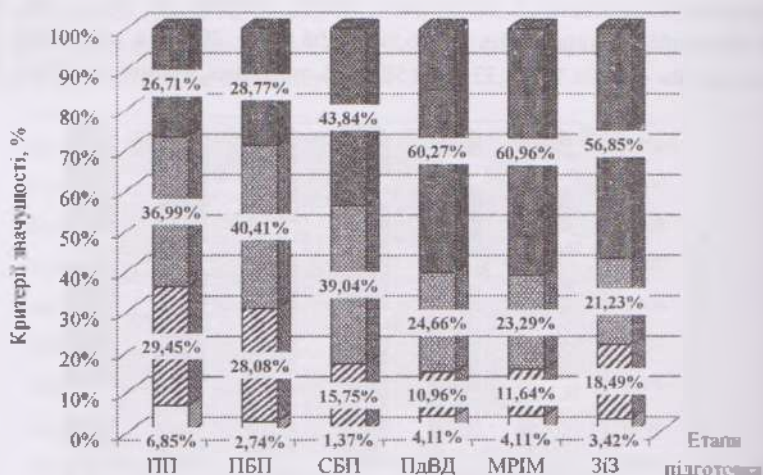


Рис. 3.8. Значущість розділу «Матеріально-технічне забезпечення» (на матеріалі опитування спортсменів, n=146):

- - не важливий розділ; ▨ - скоріше важливий, ніж не важливий;
 ▩ - важливий; ■ - дуже важливий.

ІП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень.

На противагу цьому, на думку кваліфікованих спортсменів, значущість розділу «Правила техніки безпеки» від етапу до етапу поступово знижується. Якщо переважна більшість спортсменів вважає інформацію з техніки безпеки для етапів ІП (58,90 %) і ПБП (51,37 %) «дуже важливою», то для етапів СБП, ПдВД, МРІМ переважає «важлива», що у відсотковому співвідношенні становить 41,78 %, 41,18 % та 33,56 % відповідно. При цьому, як видно з Рисунку 3.9, стосовно останніх етапів підготовки (ЗіЗ) відповіді респондентів розподілені майже порівну між усіма чотирма категоріями.

розподіли: 34,25 % вважають таку інформацію «скоріше важливою, ніж не важливою», 28,08 % – «важливою» і 32,19 % – «дуже важливою».

Отже, аналіз результатів опитування кваліфікованих спортсменів з БС дозволяє виявити відмінності у рівні значущості розділів теоретичної підготовки на різних етапах підготовки спортсменів. Встановлено, що розділ теоретичної підготовки «Історія вашого виду спорту», «Фізичні та соціалізувальні знання у підготовці спортсменів» та «Правила техніки безпеки» найвищого рівня значущості досягають на етапах ПП, ПБП та СБП. Разом із тим, зі зростанням спортивної кваліфікації рівень значущості вищезазначених розділів знижується.

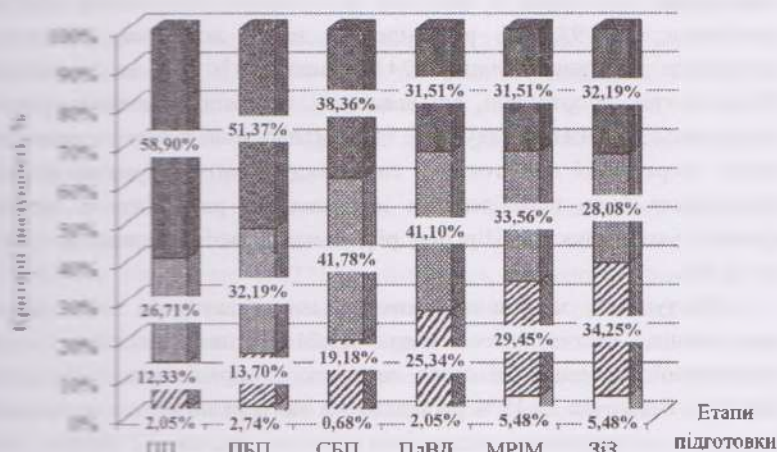


Рис. 3.9. Значущість розділу «Правила техніки безпеки» (на основі опитування спортсменів, n=146):

□ - не важливий розділ; ▨ - скоріше важливий, ніж не важливий;
▩ - важливий; ■ - дуже важливий.

ПП - етап початкової підготовки; ПБП - етап попередньої базової підготовки; СБП - етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД - етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ - етап максимальної реалізації спортивних можливостей; ЗіЗ - етапи збереження вищої спортивної кваліфікації та поступового зниження досягнень.

На противагу цьому, рівень значущості решти розділів теоретичної підготовки рівномірно підвищується від початкових до завершальних етапів теоретичної підготовки.

Можна констатувати, що найвищого рівня значущості у другій стадії процесу багаторічного спортивного вдосконалення спортсмени надають таким розділам, як «Планування підготовки спортсменів», «Змагальна діяльність», «Медико-біологічні основи спортивної підготовки», «Матеріально-технічне забезпечення».

Всі дані були перевірені на нормальність розподілу за допомогою критерія узгодженості χ^2 Пірсона. рівень надійності коливався від $p=0,151904$ ($p < 0,05$) до $p=3,32 \cdot 10^{-28}$ ($p < 0,05$).

Метою наступного запитання анкети було встановити, чи повністю, на думку респондентів, вищезазначені розділи (Питання 1) формують зміст теоретичної підготовки в обраному виді спорту. Результати опитування засвідчили, що 97,26 % респондентів дають позитивну відповідь на поставлене запитання і лише 2,74 % опитаних із цим не погоджуються. Разом із тим, спортсмени, які вважають, що запропонованих розділів є недостатньо, не вказали, яку саме інформацію вони б радили включити до змісту теоретичної підготовки зі свого виду спорту. Отримані результати анкетування були перевірені на нормальність розподілу за допомогою критерія узгодженості χ^2 Пірсона, рівень надійності становить $p=3,29 \cdot 10^{-28}$ ($p < 0,05$).

Наступним запитанням анкети ми встановили, що більшість спортсменів, частка яких склала 45,21 %, на самостійне вивчення теоретичної інформації зі свого виду спорту приділяють 1-2 години на тиждень. Водночас 29,45 % респондентів вказали на те, що на самостійну теоретичну підготовку відводять 3-4 години на тиждень, 23,97 % – 30-60 хв раз на тиждень і 1,37 % дали відповідь, що не цікавляться теоретичною інформацією зі свого виду спорту. Перевірка отриманих результатів опитування на нормальність розподілу за допомогою критерія узгодженості χ^2 Пірсона з даного питання виявила, що рівень надійності становить $p=1,85 \cdot 10^{-12}$ ($p < 0,05$).

Для з'ясування думки респондентів стосовно розподілу у річному макроциклі підготовки спортсменів обсягу навантаження з теоретичної підготовки, вираженого в часових одиницях, нами було запропоновано 75 варіантів відповідей. Такі варіанти відповідей були розроблені для кожного з етапів багаторічного спортивного вдосконалення. Якщо певні варіанти обрали менше 3 % опитуваних, ми їх не описували в таблиці роботи.

Так, для етапу ПП найчастіше спортсмени обирали такі варіанти: 10-15 хв один раз на тиждень (18,49 %), 10-15 хв два рази на тиждень (9,59 %), 10-15 хв три рази на тиждень (8,90 %), 15-30 хв два рази на тиждень (8,90 %).

15-30 хв три рази на тиждень (8,90 %), 30-45 хв три рази на тиждень (6,35 %), 30-45 хв чотири рази на тиждень (4,11 %) та 15-30 хв чотири рази на тиждень (3,43 %). Решті запропонованих варіантів розподілу навантаження з теоретичної підготовки спортсменів надали перевагу менше 3 % опитаних.

У свою чергу, більшість спортсменів пропонували на етапі ПБП зайняття з теоретичної підготовки 15-30 хв два рази на тиждень (11,79 %). На триразових теоретичних заняттях протягом тижня тривалістю 15-30 хв надалягас 8,22 % спортсменів. Дворазові заняття (на тиждень) тривалістю 10-15 хв обрали 7,53 % респондентів. Значно менші відсоткові частки відповідей припадають на такі варіанти розподілу навантаження з теоретичної підготовки, як: 10-15 хв один раз на тиждень (6,16 %), 30-45 хв один раз на тиждень (6,16 %), 10-15 хв три рази на тиждень (5,48 %), 30-45 хв три рази на тиждень (6,16 %), 15-30 хв три рази на місяць (8,90 %), 15-30 хв один раз на тиждень (3,43 %), 15-30 хв два рази на місяць (3,43 %), 30-45 хв три рази на місяць (3,43 %).

На етапі СБП, то найбільша відсоткова частка відповідей припадає на дворазові щотижневі заняття, які тривають в межах 10-15 хв (11,64 %). Слід відзначити також, що 8,22 % респондентів вважають ефективними заняття протягом 10-15 хв два рази на тиждень; 7,53 % опитаних надають перевагу 15-30 -хвилинним заняттям тричі на тиждень, і така ж сама частка опитаних вважає необхідним присвячувати теоретичній підготовці 15-30 хв три рази на місяць, 15-30 хв чотири рази на місяць та 30-45 хв два рази на місяць. Водночас 4,80 % відповідей припадає на варіанти тривалості теоретичних занять упродовж 30-45 хв два рази на тиждень та 30-45 хв три рази на тиждень; 4,11 % – на 15-30 хв один раз на тиждень, 15-30 хв два рази на тиждень та 15-30 хв два рази на місяць; 3,43 % – на 15-30 хв три рази на рік.

Аналіз результатів опитування спортсменів дозволив встановити, що думки спортсменів стосовно розподілу навантаження з теоретичної підготовки на етапі ПБВД розподілені на відсоткові частки неоднозначно. Найбільша з них становить 8,22 % і відповідає варіанту проведення занять протягом 10-15 хв. Водночас 7,53 % опитаних наполягають на тому, що на цьому етапі підготовки будуть ефективними щотижневі заняття тривалістю 10-15 хв; відсоткові частки по 6,16 % припадають на варіанти 10-15 хв два рази на місяць та 15-30 хв два рази на місяць; частки по 4,11 % – на варіанти: 10-15 хв два рази на тиждень, 15-30 хв три рази на місяць, 15-30 хв чотири рази на тиждень, 30-45 хв два рази на місяць та 30-45 хв чотири рази на місяць; а частки по 3,43 % – на варіанти: 10-15 хв два рази

на місяць, 15-30 хв три рази на тиждень, 30-45 хв два рази на тиждень, 30-45 хв три рази на тиждень.

Як і на попередньому етапі підготовки, значних переваг одного із запропонованих варіантів розподілу навантаження з теоретичної підготовки на етапі МРІМ не зареєстровано. Так, найбільша більшість спортсменів, як у відсотковому співвідношенні становить 8,90 %, пропонує здійснювати теоретичну підготовку щомісячно по 10-15 хв. Дещо менші відсоткові частки думок опитаних припадають на такі варіанти, як: 15-30 хв два рази на місяць (7,53 %), 15-30 хв три рази на тиждень (6,16 %), 10-15 хв два рази на місяць (5,48 %), а також 10-15 хв один раз на тиждень, 10-15 хв чотири рази на тиждень, 15-30 хв три рази на місяць та окреме тренувальне заняття два рази на місяць, яким віддали перевагу по 4,80 % опитаних.

Стосовно двох останніх етапів спортивного вдосконалення (ЗіЗ), найбільші відсоткові частки зафіксовані для таких варіантів розподілу навантаження з теоретичної підготовки спортсменів, як: 10-15 хв один раз на місяць (13,01 %) та 10-15 хв один раз на тиждень (9,59 %). Разом із тим, заслуговують на увагу наступні варіанти розподілу: 15-30 хв три рази на тиждень (4,80 %), 15-30 хв два рази на місяць (4,11 %), а також 10-15 хв два рази на тиждень, 15-30 хв два рази на тиждень, 15-30 хв чотири рази на тиждень, окреме заняття три рази на місяць (по 3,43 %).

Отже, аналіз результатів опитування кваліфікованих спортсменів стосовно розподілу навантаження з теоретичної підготовки на різних етапах підготовки спортсменів довів відсутність серед них єдиної думки.

Разом із тим, слід зауважити, що значна кількість спортсменів підтримують на всіх етапах багаторічного спортивного вдосконалення такі варіанти здійснення теоретичної підготовки, як: 10-15 хв один раз на тиждень, 15-30 хв два рази на тиждень та 15-30 хв три рази на тиждень. На етапах МРІМ та ЗіЗ є пропозиції введення окремих тренувальних занять з теоретичної підготовки спортсменів.

Наступним запитанням анкети ми намагалися з'ясувати, яку частку навантаження на різних етапах багаторічного спортивного вдосконалення спортсмени рекомендували би виділяти для теоретичної підготовки у річному макроциклі, якщо загальний річний обсяг навантаження умовно прийняти за 100 %.

Встановлено, що сформувалася провідна думка спортсменів (26,03 %), яка свідчить про необхідність на етапі ПП виділяти на заняття з теоретичної підготовки 10 % часу від загального річного обсягу навантаження (Табл. 3.1).

Таблиця 3.1

**Обсяг навантажень із теоретичної підготовки в річному макроциклі
на різних етапах підготовки у відсотках від загального річного
навантаження (на матеріалі опитування спортсменів, n=146)**

Етапи підготовки	Обсяг навантаження (%)										
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	15-25
Відсоткова частка опитаних (%)											
ПДП	2,7	11,6	7,5	7,5	13,0	10,9	6,1	8,9	2,0	26,0	3,4
ПДВ	4,3	0,6	9,5	13,7	15,0	9,5	19,8	5,4	6,8	16,4	1,3
ПДВД	2,0	0,6	5,4	3,4	18,4	19,1	17,1	14,3	6,8	12,3	0
ПДВДП	4,0	3,4	4,7	3,4	17,8	9,5	19,8	19,8	7,5	8,2	1,3
МРМ	4,2	4,7	3,4	11,6	8,9	10,2	13,0	13,0	14,3	10,2	2,0
МР	11,5	6,1	13,0	4,1	7,5	7,5	3,4	10,2	4,7	26,0	5,4

Таким результатом можна пояснити тим, що на початковому етапі підготовки слід більше уваги приділяти не фізичним навантаженням, а психологічній мотивації молоді до занять обраним видом спорту, чому сприяє засвоєння знань за різними розділами теоретичної підготовки. Спостерігаючи річний навантаження з теоретичної підготовки на етапі ПДВД виявлено дискретність у твердженнях спортсменів. Так, на обсязі, який становить 7 %, налягають 19,86 % опитаних, навантаженню 10 % та 5 % віддають перевагу, відповідно, 16,44 % та 15,07 % респондентів.

На етапі СБП, то думки спортсменів розподілені переважно відносно навантаження від 5 % до 7 %. Деякі з них, а саме 19,86 %, надають перевагу обсягу річного навантаження з теоретичної підготовки в межах 5 %. Інші опитані, а це становить 19,18 %, налягають на обсязі 6 %, тоді як 17,12 % респондентів пропонують 7 %.

На етапі ПДВД, тут сформувалися дві рівнозначні у відсотковому співвідношенні (по 19,86 %) думки спортсменів. Це вказує на те, що найбільш за кількістю групи спортсменів вважають оптимальним на цьому етапі підготовки приділяти теоретичним заняттям 7-8 % від загального річного навантаження. Крім того, ще 17,81 % опитаних висловлюють схвалення щодо обсягу навантаження з теоретичної підготовки, що становить 5 %.

Спостерігаючи етапу МРІМ, нами не виявлено значних відсоткових часток певних думок спортсменів. Разом із тим, дві групи по 13,01 % спортсменів перевагу віддали варіантам проведення теоретичної підготовки в

межах 7 % та 8 %, а ще одна велика група опитаних – 14,38 % – пропонує присвячувати теоретичній інформації 9 % від загального річного обсягу навантаження.

На завершальних етапах підготовки спортсменів (ЗіЗ), 26,03 % респондентів (а це найбільша їхня кількість), пропонують, як і на етапі ПП, заняттям із теоретичної підготовки присвячувати 10 % від загального обсягу річного навантаження. Водночас слід зазначити, що саме на етапах ЗіЗ досягає свого максимального рівня відсоткова частка думок спортсменів (5,48 %), пов'язаних із необхідністю збільшити річний обсяг теоретичної підготовки до 15-25 %. Ми погоджуємося з М. П. Пітиним (2015 С.144) [446], що таке зростання потреби у теоретичній підготовці на завершальних етапах процесу багаторічного вдосконалення можна пояснити тим, що спортсмени, рівень фізичної, технічної, тактичної та психологічної підготовленості яких досягнув свого максимуму, розглядають теоретичну підготовку як можливість пошуку резервів для підтримання високого рівня підготовленості.

Таким чином, можна зазначити, що обсягу теоретичної підготовки, який становить 10 % від загального навантаження в річному макроциклі на етапах ПП та ЗіЗ у ЦВС віддала перевагу найбільша кількість респондентів. На етапах ПдВД та МРІМ обсяг теоретичної підготовки, на думку більшості спортсменів, повинен коливатися в межах 7-8 % та 7-9 % відповідно. Результати опитування стосовно обсягу теоретичної підготовки на етапі СБП дозволили виявити варіативність думок респондентів.

Усі вище зазначені результати опитування були перевірені на нормальність розподілу за допомогою критерія узгодженості χ^2 Пірсона. Рівень надійності коливався від $p=0,002477$ ($p < 0,05$) до $p=1,52 \cdot 10^{-14}$ ($p < 0,05$).

Визначення рівня значущості джерел інформації за їхньою пріоритетністю у забезпеченні спортсменів інформацією з обраного виду спорту здійснювалося в балах за їхнім зростанням відповідно до важливості – від найнижчого (0) до найвищого (5). При цьому «5 балів» позначало найбільш корисне та затребуване джерело інформації, «0 балів» значило «ніколи не звертаюся до цього джерела, вважаю його некорисним».

Результати опитування показали, що, на думку спортсменів, спілкування з родиною та друзями не надає їм необхідної інформації з обраного виду спорту. Про це свідчить низький рівень оцінювання ступеня значущості цих джерел інформації. Так, найбільша кількість респондентів оціняли інформацію, яку вони отримують від родини та друзів, в «1» та «2»

Нам, як у порівнянні на відсотки становить, відповідно, 30,82 % і 22,63 % та 26,71 % і 31,51 % (Рис. 3.10.).

Становище наступного джерела інформації, яким є спілкування з колегами по роботі, нами зареєстрована дискретність у розподілі думок спортсменів. Так, 10,27 % опитаних спортсменів оцінюють це джерело інформації в «0 балів», 16,44 % – в «1 бал», 13,01 % – у «2 бали», 19,18 % – у «3 бали», 23 % – у «4 бали» і 17,12 % – у «5 балів». Такий стан речей обумовлений, на нашу думку, декількома факторами. По-перше, багато хто з спортсменів не володіє достатнім обсягом теоретичної інформації щоб ділитися нею з іншими. По-друге, спрацьовує елемент конкуренції. По-третє, частина спортсменів вважає, що теоретична підготовка не є важливою складовою навчально-тренувального процесу порівняно з практичною діяльністю. Отже, опитані нами спортсмени по-різному сприймають можливість отриманої інформації від своїх колег.

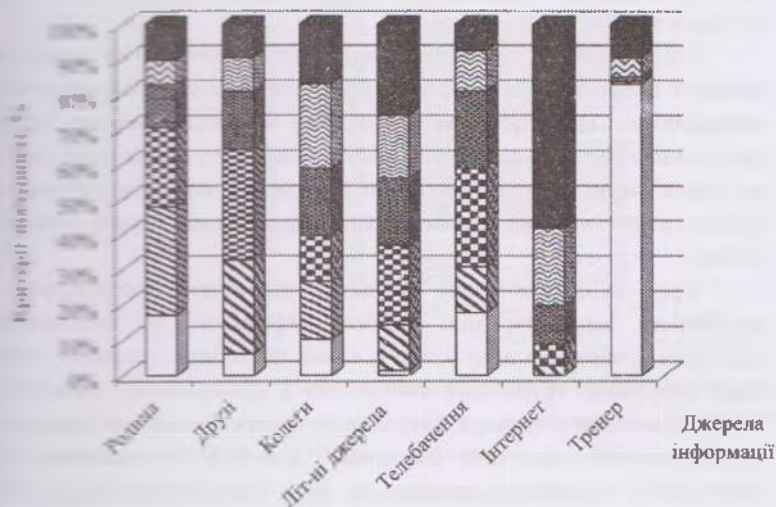


Рис. 3.10. Пріоритетність використання інформаційних джерел у забезпеченні спортсменів інформацією з обраного виду спорту:

□ – «0 балів»; ▨ – «1 бал»; ▩ – «2 бали»;
 ■ – «3 бали»; ▤ – «4 бали»; ▥ – «5 балів».

Науково-методичні джерела є найбільш корисним та затребуваним джерелом інформації для 26,03 % спортсменів, які віддали йому найвищий бал. Водночас дещо менші групи спортсменів (22,60 % та 19,18 %) оцінили

можливість отримання інформації з такої літератури лише, відповідно, у «2» та «3» бали. Такі низькі оцінки можна пояснити відсутністю належного забезпечення друкованою літературою спортсменів, що, у свою чергу, пов'язано зі щорічним зниженням динаміки видання друкованих праць у нашій державі [590].

Таке потужне джерело масової інформації, як телебачення у наданні інформації з обраного виду спорту більшістю спортсменів було оцінено у «2» (28,08 %) та «3» (21,92 %) бали. Водночас 17,81 % спортсменів зазначили, що ніколи не звертаються до цього джерела для отримання інформації зі свого виду спорту, оцінивши його значення в «0» балів.

Разом із тим, найбільша кількість спортсменів (58,22 %) для отримання інформації з обраного виду спорту віддають перевагу використанню Всесвітньої мережі Інтернет та за 5-ти бальною шкалою оцінювання надають йому найвищу оцінку. Крім того, 21,92 % опитаних оцінили це джерело інформації у «4 бали», 10,96 % – у «3 бали», 6,16 % – у «2 бали» та 2,74 % – в «1 бал».

Слід зазначити, що жоден із опитаних спортсменів не вважає мережу Інтернет неефективним джерелом у забезпеченні спортсменів необхідною інформацією. Це пояснюється тим, що Всесвітня мережа Інтернет є невід'ємною часткою життя більшості людей світу. Вона стала доступною не лише через комп'ютерні мережі, але й через супутники зв'язку, радіосигнали, кабельне телебачення, телефонні лінії, мережі стільникового зв'язку.

Крім запропонованих варіантів відповідей, респонденти мали можливість зазначити інші джерела інформації, які забезпечують їх знаннями з обраного виду спорту. Отже ще одним джерелом отримання такої інформації група спортсменів, яка у відсотковому значенні склала 16,43 %, визначила тренера. Так, знання, які тренер передає спортсменам, є найважливішим джерелом інформації для 9,59 % опитаних. 5,48 % спортсменів оцінили це джерело за його інформативністю у «4 бали», 1,37 % – у «3 бали» та 0,68 % – в «1 бал». Можна припустити, що такий низький відсоток спортсменів, які відмітили тренера як джерело отримання інформації з обраного виду спорту, пояснюється тим, що під час тренувальних занять тренери не приділяють достатньої уваги теоретичній підготовці спортсменів.

Отримані дані були перевірені на нормальність розподілу за допомогою критерія узгодженості χ^2 Пірсона. За усіма джерелами інформації, запропонованими до розгляду, рівень надійності знаходився в межах від $p = 0,075$ ($p < 0,05$) до $p = 1,3 \cdot 10^{-98}$ ($p < 0,05$).

У результаті визначення думок спортсменів стосовно ефективності засобів теоретичної підготовки на різних етапах багаторічного спортивного вдосконалення [66, 687] виявлено, що використання збірників наукових статей, навчальних посібників та монографій з метою отримання теоретичних знань із обраного виду спорту багатьма опитаними спортсменами вважають доцільним, починаючи з етапу ПП. Слідом за цим є значна відсоткова частка спортсменів, а саме 45,21 %, які назвали вище наведені засоби як «ефективні». Щодо етапу ППБ, то ця частка становить до 54,11 %, МРІМ – 47,95 % та ЗіЗ – 39,04 %. Варто ще зазначити, що зареєстровано значне зростання спільних думок спортсменів, які відзначають ці засоби як «дуже ефективні» для етапів МРІМ та ЗіЗ (до 29,45 % та 31,51 %, відповідно) (Рис. 3.11).

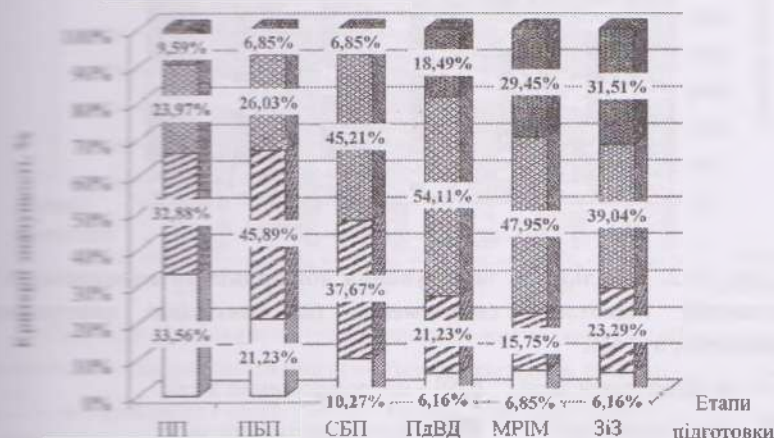


Рис. 3.11. Доцільність застосування збірників наукових статей, навчальних посібників та монографій у теоретичній підготовці спортсменів (за матеріалі опитування спортсменів, n=146):

- - не ефективний засіб; ▨ - малоефективний засіб;
- ▩ - ефективний засіб; ■ - дуже ефективний засіб;

ПП – етап початкової підготовки; ППБ – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень.

Використання довідників та енциклопедій на перших трьох етапах підготовки більшістю опитаних спортсменів, яка становить 35,65 % (ПП),

54,11 % (ПБП) та 43,84 % (СБП) визначено «малоефективним». Разом із тим, на подальших етапах підготовки значущість таких засобів децю зростає. Майже паритетні частки респондентів оцінюють їх як «малоефективні» та як «ефективні». Для етапу ПдВД ці частки становлять: 36,30 % та 36,99 %, для етапу МРІМ – 34,93 % та 39,04 %, а для етапів ЗіЗ – 36,30 % та 37,67 %, відповідно (Рис. 3.12).

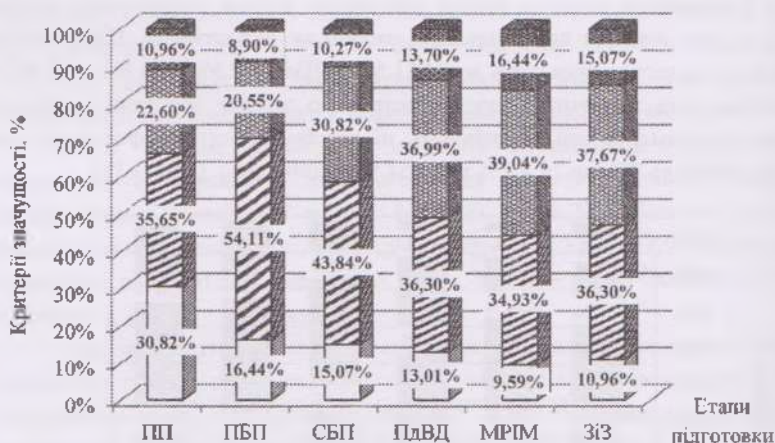


Рис. 3.12. Доцільність застосування довідників та енциклопедій у теоретичній підготовці спортсменів (на матеріалі опитування спортсменів, $n=146$):

- не ефективний засіб;
 - малоефективний засіб;
 - ефективний засіб;
 - дуже ефективний засіб;

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень.

З розвитком ІТ все більш широкого поширення набувають електронні книги та аудіокниги, які є версіями друкованих книг. Електронні книги можна читати, а аудіокниги – прослуховувати на комп'ютерах або спеціальних пристроях. На думку опитаних нами спортсменів, ефективність використання електронних та аудіокниг поступово зростає з підвищенням спортивної майстерності спортсменів.

Так, 34,93 % опитаних спортсменів визначила вище наведені засоби як «неефективні» на етапі ПП, а 44,52 %, 55,48 % та 52,05 % спортсменів визначили їх «ефективними» на етапах ПБП, СБП та ПдВД відповідно. На наступних етапах підготовки майже однакові за кількістю групи спортсменів, які в перерахунку на відсотки становлять 36,99 % та 39,04 % на етапі МРІМ та 35,62 % та 36,99 % на етапі ЗіЗ, оцінили застосування засобів як «ефективні» та «дуже ефективні» (Рис. 3.13).

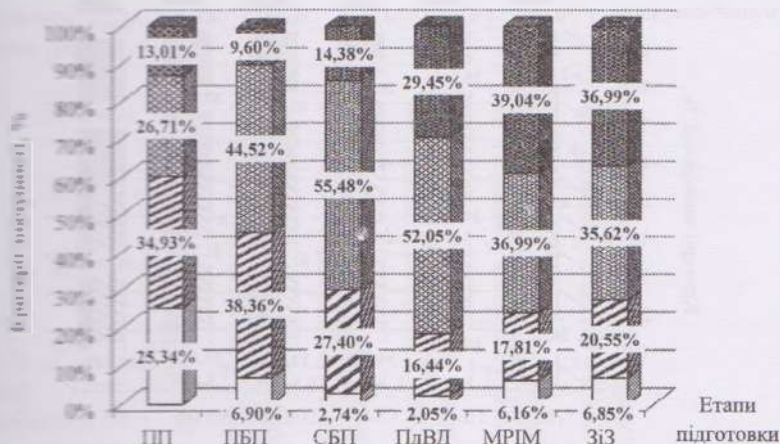


Рис. 3.13. Доцільність застосування книг у теоретичній підготовці спортсменів (на матеріалі опитування спортсменів, $n=146$):

□ - не ефективний засіб; ▨ - малоефективний засіб;
 ■ - ефективний засіб; ▩ - дуже ефективний засіб;

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної результативності та поступового зниження досягнень.

Очевидним є те, що з розвитком ІТ та доступністю величезної кількості інформаційних ресурсів у Всесвітній мережі Інтернет отримання теоретичної інформації з друкованих періодичних видань, якими є журнали та книги, на всіх етапах багаторічного спортивного вдосконалення було визначено «малоефективним» більшістю з опитаних спортсменів. З них 41,8 % зазначають, що періодичні видання є малоефективними для етапу

ПП, 47,95 % – для етапу ПБП, 48,63 % – для етапу СБП, 41,10 % – для ПдВД, 41,78 % – для етапу МРІМ, 40,41 % – для етапу ЗіЗ.

Водночас, значною є відсоткова частка спільних думок спортсменів, які визначають вищенаведені засоби як «ефективні», починаючи з етапу СБП. Такими їх для етапу СБП вважають 30,82 % респондентів, для етапу ПдВД – 40,41 %, для етапу МРІМ – 39,04 %, а для етапу ЗіЗ – 38,36 % (Рис. 3.14).

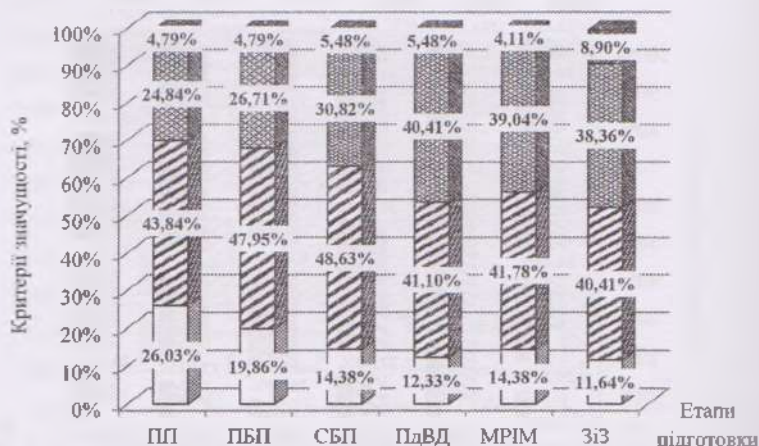


Рис. 3.14. Доцільність застосування періодичних видань (журналів та газет) у теоретичній підготовці спортсменів (на матеріалі опитування спортсменів, $n=146$):

- не ефективний засіб;
 - малоефективний засіб;
 - ефективний засіб;
 - дуже ефективний засіб;

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень.

Застосування педагогічного тестування не лише з метою перевірки знань спортсменів, але й як засіб теоретичної підготовки, більшість спортсменів, яку склали 43,84 %, визнали «малоефективним» на етапі ПП. Разом із тим, щодо наступних етапів підготовки, думки спортсменів розділилися на майже однакові відсоткові частки між визнанням застосування такого засобу «ефективним» та «малоефективним».

Так, ці частки становлять, відповідно, 41,48 % та 37,67 % для етапу ПБП, 41,78 % та 32,19 % для етапу СБП, 36,99 % та 29,45 % для етапу МРІМ, 28,08 % та 34,93 % для етапів ЗіЗ. Слід зазначити, що відсоткова частка спільних думок спортсменів, які вважають педагогічне тестування як «дуже ефективний» засіб теоретичної підготовки, на останніх етапах підготовки (ЗіЗ) досягає 21,92 %. Це можна пояснити тим, що, маючи великий практичний досвід тренувально-педагогічної діяльності та певну глибину знань, спортсмени, які займаються на останніх етапах підготовки, володіють здатністю до критичного мислення (Рис. 3.15).

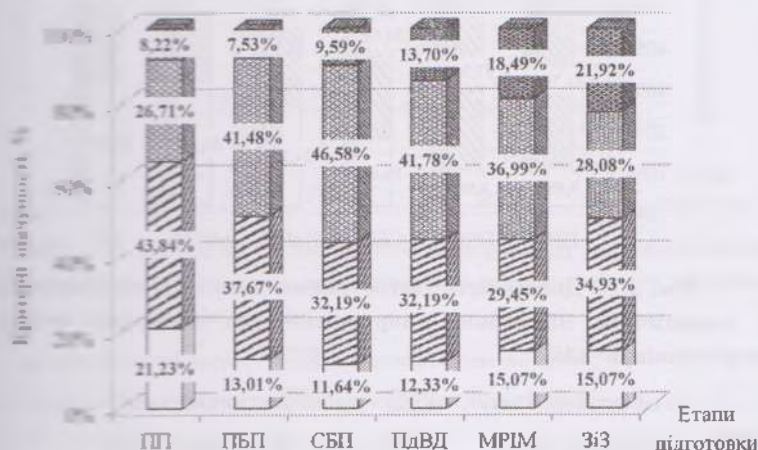


Рис. 3.15. Доцільність застосування педагогічного тестування у теоретичній підготовці спортсменів (на матеріалі опитування спортсменів, $n=146$):

□ - не ефективний засіб; ▨ - малоефективний засіб;
▤ - ефективний засіб; ▤ - дуже ефективний засіб;

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень.

Застосування таких засобів, як плакати, малюнки, брошури у передачі теоретичних знань спортсменам на всіх етапах підготовки більшістю досліджуваних були оцінені як «малоефективні». Для етапу ПП так вважає

41,78 % опитаних, для етапу ПБП – 47,95 %, для етапу СБП – 50,0 %, для етапу ПдВД – 45,21 %, для етапу МРІМ – 43,15 %, для етапу ЗіЗ – 44,52 % (Рис. 3.16).

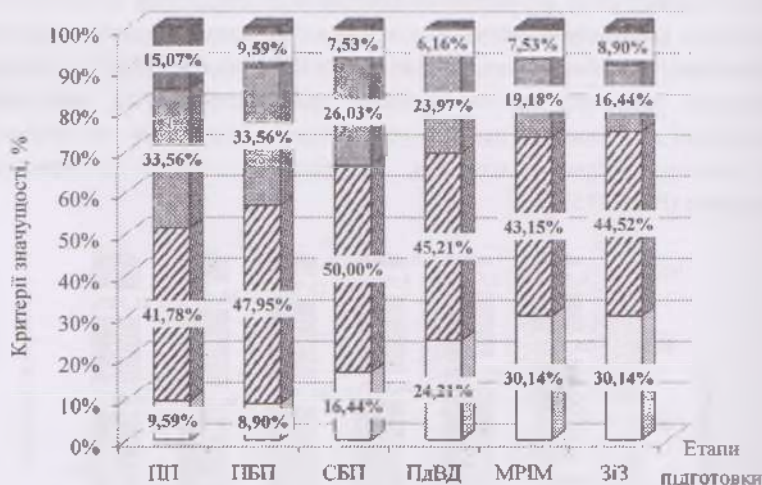


Рис. 3.16. Доцільність застосування плакатів, малюнків, брошур у теоретичній підготовці спортсменів (на матеріалі опитування спортсменів, $n=146$):

- не ефективний засіб;
 - малоефективний засіб;
 - ефективний засіб;
 - дуже ефективний засіб;

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень.

Наступними засобами теоретичної підготовки, що оцілювалися спортсменами, були документальні та художні фільми. На думку більшості опитаних, такі засоби є «ефективними» на етапах ПП (38,36 %), ПБП (46,58 %), СБП (47,26 %), ПдВД (41,10 %). Такий результат можна пояснити тим, що кінофільми на спортивну тематику містять інформацію, яка впливає на формування думок та поглядів (світогляду) юних спортсменів, спонукає їх до занять спортом та ведення здорового способу життя. Разом з тим, зі зростанням спортивної майстерності ефективність вищенаведених засобів знижується. Більшість опитаних спортсменів вважають

«неефективними» на етапах МРІМ і ЗіЗ. Для етапу МРІМ так вважають 41,10 % респондентів, а для етапу ЗіЗ – 41,10 % (Рис. 3.17).

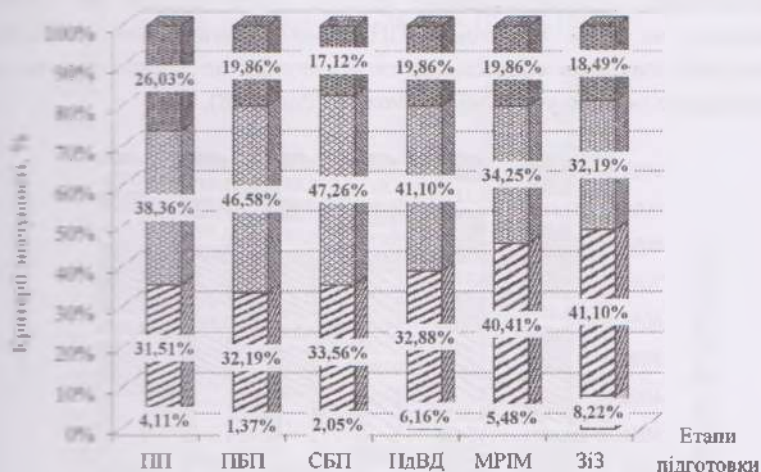


Рис. 3.17. Доцільність застосування перегляду документальних фільмів у теоретичній підготовці спортсменів (на матеріалі опитування спортсменів, n=146):

- - не ефективний засіб; ▨ - малоефективний засіб;
- ▩ - ефективний засіб; ▤ - дуже ефективний засіб;

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації фізичних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної діяльності та поступового зниження досягнень

Передбачуваним виявилось й те, що значущість анімації як засобу теоретичної підготовки більшістю опитаних спортсменів визначено на рівні «малоефективного» на етапах ПП (35,62 %), ПБП (44,52 %), та СБП (33,56 %) а – «не ефективного» на етапах ПдВД (38,36 %), МРІМ (41,10 %) та ЗіЗ (41,10 %). Хоча слід зазначити, що зареєстровано значні відсоткові відмінності думок спортсменів, які вказують, що цей засіб є «ефективним» (29,45 %), та «дуже ефективним» (24,66 %) на етапі ПП. Також, кількість опитаних, які наполягають на ефективності застосування анімації на подальших етапах підготовки, значно знижується. На нашу думку, мультиплікаційні фільми є звичним джерелом інформації

для дітей. Тому юні спортсмени, які займаються на етапі ПП, довіряють їм більше, ніж іншим засобам теоретичної підготовки. З огляду на це застосування мультіплікаційних фільмів (мультфільмів) на спортивну тематику на етапі підготовки ПП сприяє підвищенню зацікавленості молодого покоління спортсменів та мотивує їх до занять спортом, що є необхідною умовою успішної підготовки (Рис. 3.18).

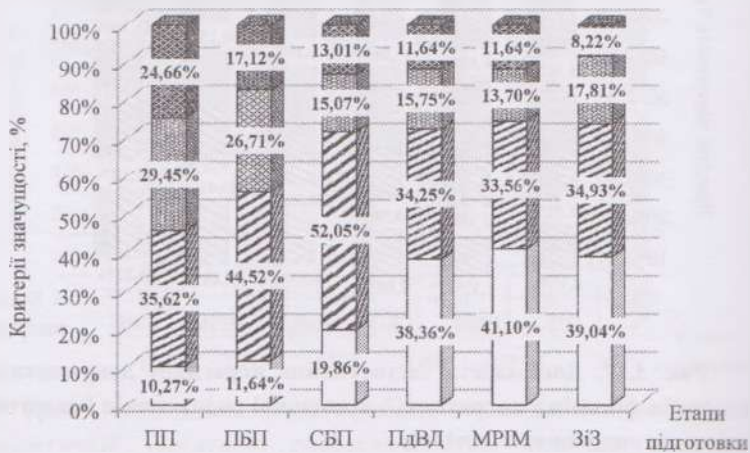


Рис. 3.18. Доцільність застосування перегляду мультіплікаційних фільмів на спортивну тематику у теоретичній підготовці спортсменів (на матеріалі опитування спортсменів, $n=146$):

- - не ефективний засіб; ▨ - малоефективний засіб;
 ▩ - ефективний засіб; ■ - дуже ефективний засіб;

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень.

Як «ефективний» засіб теоретичної підготовки на всіх етапах багаторічного спортивного вдосконалення перегляд телевізійних програм спортивного спрямування та новин спорту оцінили більшість респондентів. Таких на етапі ПП налічувалося 42,47 %, на етапі ПБП – 50,0 %, на етапі СБП – 56,16 %, на етапі ПдВД – 40,41 %, на етапі МРІМ – 38,36 % та на етапі ЗіЗ – 38,36 %. Поряд із цим слід зазначити, що відсоткова частка спільних думок спортсменів, які вважають такий засіб «малоефективним», є

та має тенденцію до зростання з підвищенням спортивної кваліфікації атлетів. Так, для етапу ПП вона досягає 25,34 %, для етапу ПБП – 23,29 %, для етапу СБП – 19,18 %, для етапу ПдВД – 31,51 %, для етапу МРІМ – 33,56 % та для етапу ЗіЗ – 36,99 % (Рис. 3.19).

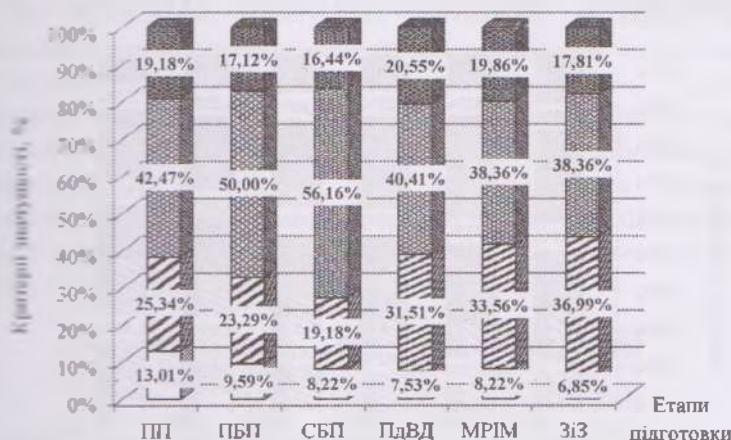


Рис. 3.19. Доцільність застосування перегляду телевізійних програм спортивного спрямування у теоретичній підготовці спортсменів (на матеріалі опитування спортсменів, n=146):

- - не ефективний засіб; ▨ - малоєфективний засіб;
 ■ - ефективний засіб; ▩ - дуже ефективний засіб;

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації спортивних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної можливості та поступового зниження досягнень.

Як видно з Рисунку 3.20, проведення практичних заходів (серед яких тренування та проекти на спортивну тематику, зустрічі з видатними спортсменами і тренерами) у першій стадії процесу багаторічного вдосконалення визнано «ефективним» більшістю спортсменів, що у середньому співвідношенні становить 37,67 % для етапу ПП, 49,32 % – для етапу ПБП, 43,15 % – СБП, 39,73 % – ПдВД.

У другій стадії процесу багаторічного вдосконалення доцільність проведення практичних заходів з метою передачі спортсменам теоретичних знань обраного виду спорту знижується і прослідковується паритетність у

його оцінюванні для етапу МРІМ, тобто «малоефективним» та «ефективним» цей засіб вважають однакові відсоткові частки опитаних спортсменів, які становлять по 34,25 %. Водночас на етапах ЗіЗ, на думку більшості спортсменів, яка становить 38,36 %, цей засіб є «малоефективним», а «ефективним» його вважають 34,93 % (Рис. 3.20).

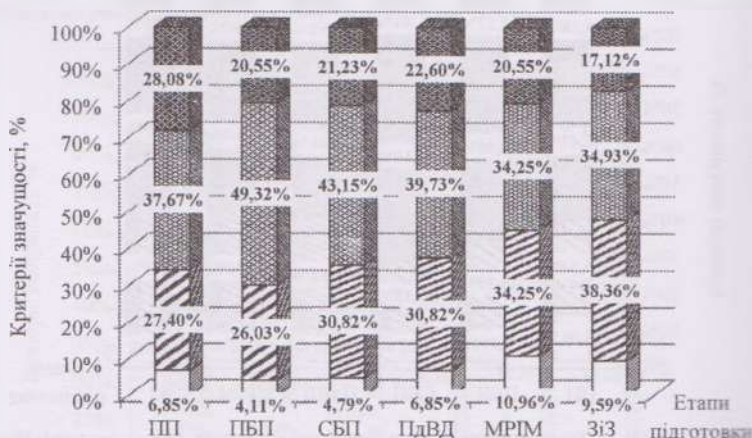


Рис. 3.20. Доцільність проведення практичних заходів у теоретичній підготовці спортсменів (на матеріалі опитування спортсменів, n=146):

- - не ефективний засіб; ▨ - малоефективний засіб;
 ▩ - ефективний засіб; ■ - дуже ефективний засіб;

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень.

Використання ігор (пазли, квести, вікторини) під час занять з теоретичної підготовки на етапах ПП та ПБП більшістю спортсменів становить 33,56 % та 34,25 %, оцінено як «ефективний» засіб підготовки. Водночас спостерігається ситуація, за якою значні групи спортсменів вважають застосування вищенаведеного засобу на етапі ПП «малоефективним» (25,34 %) та «дуже ефективним» (27,40 %) (Рис. 3.21).

Схожа ситуація спостерігається і щодо етапу ПБП. Групи спортсменів, які оцінюють цей засіб підготовки як «малоефективний» та «дуже ефективний», є паритетними і становлять 25,34 %, а 34,25 %.

відзначають його як «ефективний». Зареєстровано дві значні групи різних думок респондентів, серед яких 34,25 % опитаних вважають його «неефективним», а 36,30% – «ефективним» засобом теоретичної підготовки на етапі СБП.

За результатами анкетування, починаючи з ПдВД, можна констатувати значне зниження необхідності застосування ігрових засобів. Так, 32,88 % опитаних вважають його «не ефективним», 32,19 % – «малоефективним», 23,29 % – «ефективним» і лише 11,64 % – «дуже ефективним». Очевидним є те, що більшість респондентів вказують на «неефективність» застосування ігор для підвищення теоретичної підготовленості спортсменів на етапах МРІМ та ЗіЗ. Що стосується другого з цих етапів, то така кількість респондентів становить 41,10 %, а другого – 40,41 % (див. Рис. 3.21).

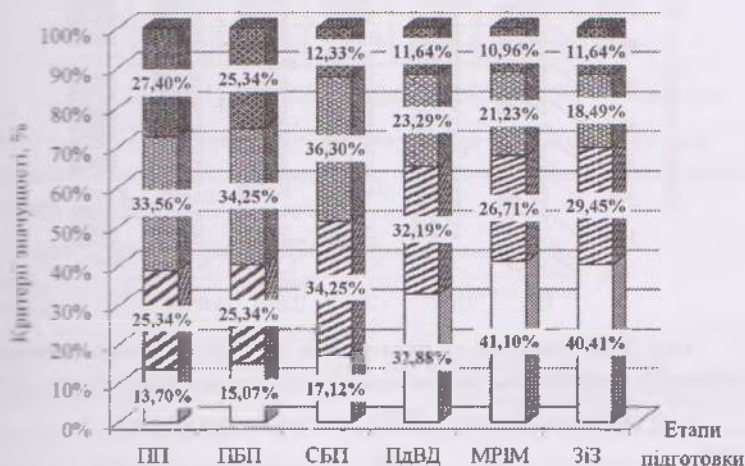


Рис. 3.21. Доцільність застосування настільних ігрових засобів, вікторин у теоретичній підготовці спортсменів (на матеріалі анкетування спортсменів, n=146):

- - не ефективний засіб; ▨ - малоефективний засіб;
- - ефективний засіб; ▩ - дуже ефективний засіб;

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації ігрових здатностей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень.

Проведення відкритих лекцій більшість спортсменів визначають «малоефективними» на етапах ПП (45,89 %) та ПБП (45,89 %). Однак сформувалися значні відсоткові частки спільних думок спортсменів, що засвідчують їхню ефективність на наступних етапах підготовки. Так, відсоткові частки спільних думок опитаних, які відмітили проведення відкритих лекцій зі спортсменами як «ефективний» та «дуже ефективний» засіб підготовки на етапі СБП склали 45,21 % та 16,44 %, на етапі ПдВД – 49,32 % та 21,23 %, на етапі МРІМ – 43,15 % та 22,60 %, а на етапі ЗіЗ – 41,10 % та 23,97 %, відповідно (див. Рис. 3.22).

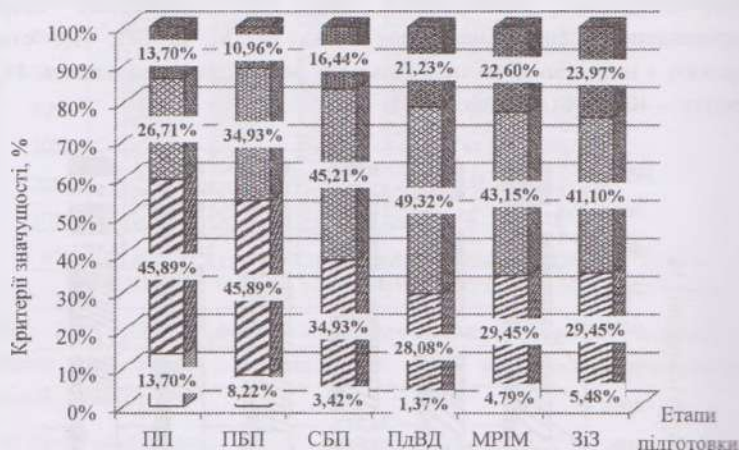


Рис. 3.22. Доцільність проведення відкритих лекцій у теоретичній підготовці спортсменів (на матеріалі опитування спортсменів, $n=146$):

- - не ефективний засіб; ▨ - малоефективний засіб;
 ▩ - ефективний засіб; ▤ - дуже ефективний засіб;

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень.

Колекціонування як цілеспрямований збір предметів, що несуть наочну інформацію про спортивні події, більшістю спортсменів було оцінено як «не ефективний» засіб теоретичної підготовки.

Для етапу ПП так вважає 49,32 % респондентів, ПБП – 47,95 %, СБП – 55,48 %, ПдВД – 58,90 %, МРІМ – 60,27 %, ЗіЗ – 62,33 %. Слід зазначити,

Всього неефективність, на думку опитаних, зростає з кожним наступним етапом підготовки (Рис. 3.23).

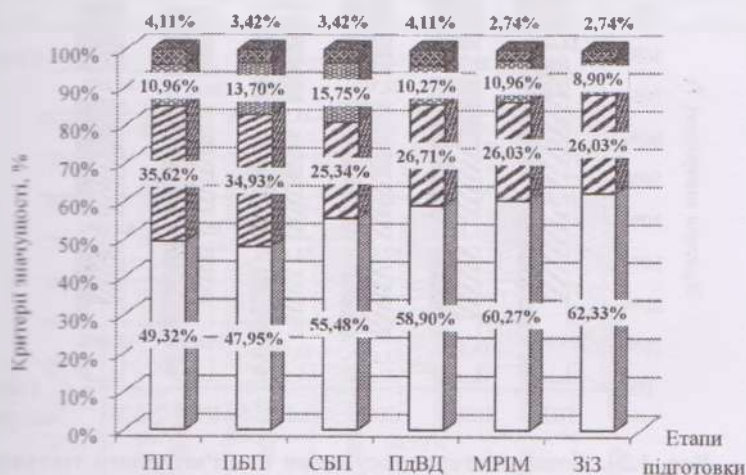


Рис. 3.23. Доцільність застосування колекціонування у теоретичній підготовці спортсменів (на матеріалі опитування спортсменів, n=146);

- - не ефективний засіб;
- ▨ - малоефективний засіб;
- - ефективний засіб;
- ▤ - дуже ефективний засіб;

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної активності та поступового зниження досягнень.

Оцінювання доцільності використання на всіх етапах багаторічного циклічного вдосконалення комп'ютерного тестування з метою підвищення теоретичної підготовленості спортсменів дозволило виділити дві значні частки спільних думок респондентів. Так, одна частка, що становить 49,32 % з усіх опитаних спортсменів, вважає цей засіб на етапі ПП «малоефективним», а друга – 24,66 % – «ефективним». Стосовно наступних етапів підготовки ці частки досягають, відповідно, 41,10 % та 39,75 % (ПБП), 37,67 % та 41,78 % (СБП), 32,88 % та 33,56 % (ПдВД), 35,62 % та 30,42 % (МРІМ), 34,93 % та 34,25 % (ЗіЗ) (Рис. 3.24).

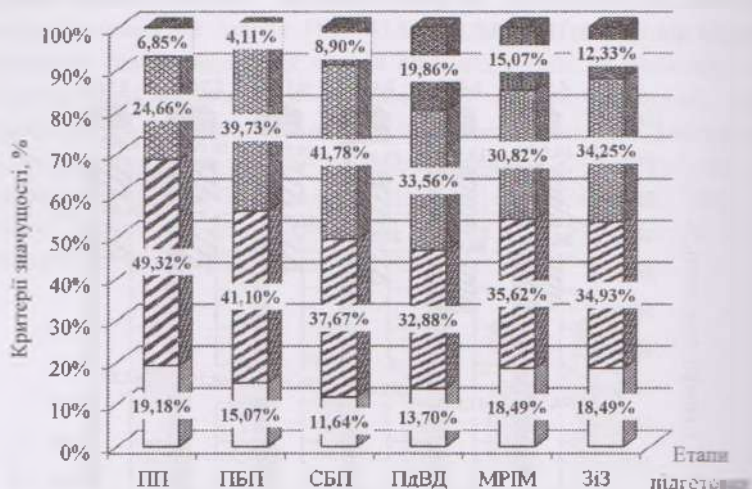


Рис. 3.24. Доцільність застосування комп'ютерного тестування в теоретичній підготовці спортсменів (на матеріалі опитування спортсменів, n=146):

□ - не ефективний засіб; ▨ - малоефективний засіб;
 ▩ - ефективний засіб; ■ - дуже ефективний засіб;

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень.

Застосування комп'ютерних ігор як засобу теоретичної підготовки, на думку більшості спортсменів, є доцільним на початкових етапах підготовки. Так, «ефективними» на етапі ПП їх вважають 37,67 % опитаних, а на етапі ПБП – 43,15 %. Що стосується подальших етапів підготовки, то помітна тенденція до зниження потреби у застосуванні такого засобу. Зокрема, 39,04 % респондентів вказали, що використання комп'ютерних ігор з метою підвищення теоретичної підготовленості спортсменів є «малоефективним» засобом вже на етапі СБП, тоді як 30,82 % опитаних доводять його «ефективність».

Зі зростанням спортивної кваліфікації потреба у вищезазначеному засобі зникає. Більшість опитаних не радять його застосовувати, характеризуючи його як «не ефективний», що для етапу ПдВД становить

32,31 %, МРІМ – 40,41 %, ЗіЗ – 41,10 % опитаних. Водночас групи спортсменів, які вважають застосування цього засобу на етапах ПдВД, МРІМ та ЗіЗ «малоефективним», становлять, відповідно, 28,77 %, 28,77 % та 22,60 %, а «ефективним» – 29,45 %, 26,03 % та 22,60 %, що засвідчує зростаючу ефективність у відповідях спортсменів (Рис. 3.25).

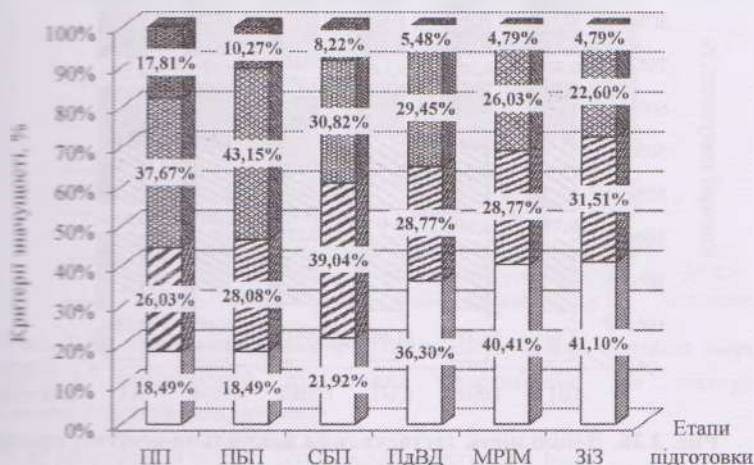


Рис. 3.25. Доцільність застосування комп'ютерних ігор у повсякденній підготовці спортсменів (на матеріалі опитування спортсменів, n=146):

- – не ефективний засіб; ▨ – малоефективний засіб;
 ■ – ефективний засіб; ▩ – дуже ефективний засіб;

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації поточних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної активності та поступового зниження досягнень.

Спосіб застосування навчально-освітніх програм на всіх етапах багаторічного спортивного вдосконалення, які є доступними у Всесвітній мережі Інтернет, думки спортсменів розділилися на дві значні відсоткові частини. Так, респонденти, які вказали на те, що вказаний засіб є «малоефективним» на етапі ПП, складають 39,73 %, на етапі ПБП – 38,94 %, СБП – 40,41 %, ПдВД – 32,19 %, МРІМ – 32,88 %, ЗіЗ – 33,56 %. У свою чергу, «ефективним» на етапі ПП такий засіб є для 32,88 %, ПБП –

36,30 %, СБП – 30,14 %, ПдВД – 37,67 %, МРІМ – 35,62 %, ЗіЗ – 34,25 % (Рис. 3.26).

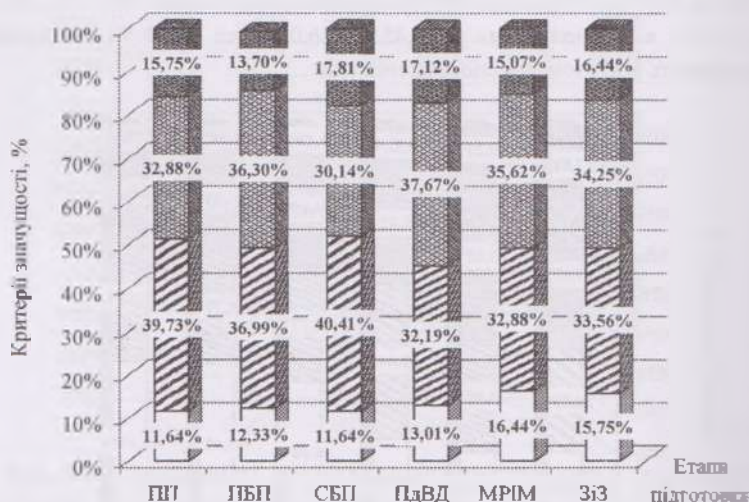


Рис. 3.26. Доцільність застосування навчально-освітніх програм у теоретичній підготовці спортсменів (на матеріалі опитування спортсменів, $n=146$):

- не ефективний засіб;
 - малоефективний засіб;
 - ефективний засіб;
 - дуже ефективний засіб;

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень.

Доцільність використання на всіх етапах підготовки пошуку сервісів мережі Інтернет з метою отримання теоретичних знань із обраного виду спорту більшістю спортсменів оцінюється як найбільш ефективний засіб. Водночас слід зазначити, що зростає кількість спортсменів, які підкреслюють його важливість із кожним наступним етапом підготовки. Так, «дуже ефективним» цей засіб вважають на етапах ПП та ПБП – 39,04 % респондентів, на етапі СБП – 54,11 %, ПдВД – 60,27 %, МРІМ – 65,75 %, ЗіЗ – 64,38 % (Рис. 3.27).

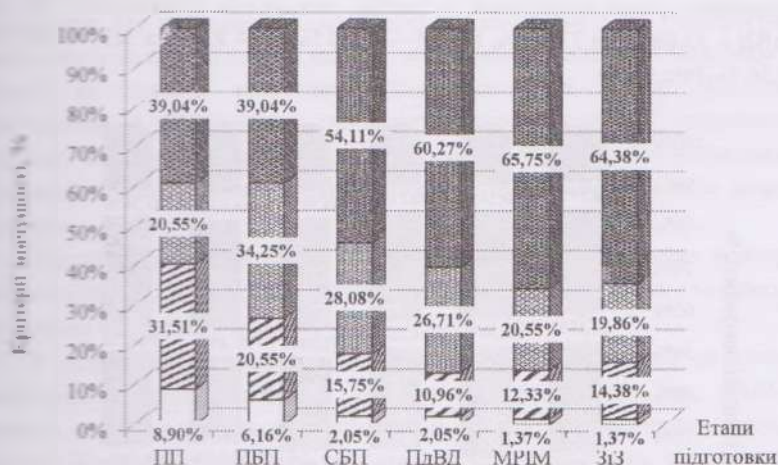


Рис. 3.27. Доцільність використання пошукових сервісів мережі Інтернет у теоретичній підготовці спортсменів (на матеріалі опитування спортсменів, n=146):

- - не ефективний засіб; ▨ - малоефективний засіб;
 ■ - ефективний засіб; ▩ - дуже ефективний засіб;

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації фізичних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної діяльності та поступового зниження досягнень.

Комбінування різних форм представлення інформації на одному занятті, наприклад, текстової, звукової, графічної, анімації та відео, становлять засоби мультимедіа. Щодо їхнього застосування на різних етапах підготовки, тут думки спортсменів розподілилися на дві майже рівні частини. Так, відсоткова частка спортсменів, які застосовують засоби мультимедіа на заняттях із теоретичної підготовки «малоефективними», становить 31,51 %, а відсоткова частка спортсменів, які відмічають такі засоби як «ефективні», становить 34,25 %.

Стосовно етапу ПБП, то ці частки складають, відповідно, 32,88 % і 34,25 %. Починаючи з етапу СБП, необхідність застосування мультимедійних засобів зростає і 34,93 % опитаних оцінюють його як «ефективний» для цього етапу засіб, а 30,14 % – як «дуже ефективний». Для

подальших етапів підготовки ці частки, відповідно, становлять: на етапі ПдВД – 32,88 % та 33,56 %, МРІМ – 29,34 % та 34,93 % та ЗіЗ – 30,82 % та 33,56 % (Рис. 3.28).

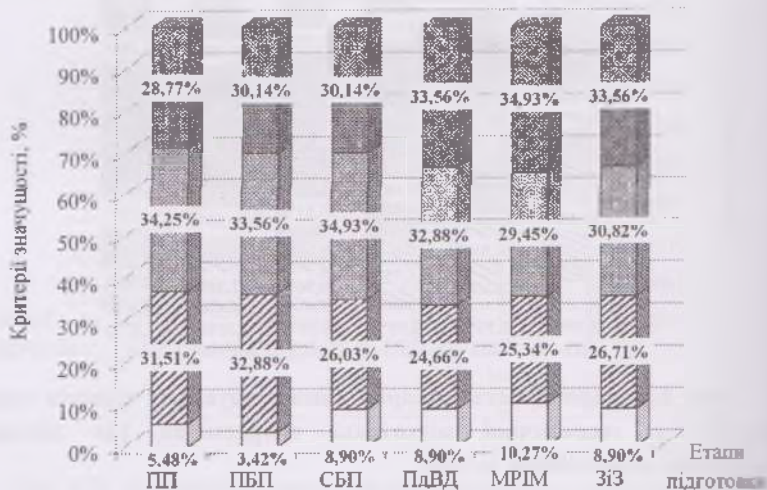


Рис. 3.28. Доцільність застосування засобів мультимедіа у теоретичній підготовці спортсменів (на матеріалі опитування спортсменів, n=146):

□ - не ефективний засіб; ▨ - малоефективний засіб;
▩ - ефективний засіб; ▤ - дуже ефективний засіб;

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень.

Отже, узагальнення результатів відповідей спортсменів стосовно доцільності застосування різних засобів теоретичної підготовки в процес багаторічного спортивного вдосконалення засвідчило, що велика кількість опитаних наполягає на важливості застосування на всіх етапах підготовки саме новітніх ІТ з метою підвищенні рівня теоретичної підготовки спортсменів.

Разом із тим, потреба у застосуванні таких засобів теоретичної підготовки, як збірники наукових статей, навчальні посібники, монографії, довідники та енциклопедії, електронні та аудіокнижки, педагогічні

послухання та проведення лекцій зростає з підвищенням майстерності спортсменів. На противагу цьому, перегляд кінофільмів та телепрограм, проведення ігор та практичних заходів, використання плакатів, малюнків та інших їх засобів теоретичної підготовки, на думку більшості респондентів, є ефективним лише на початкових етапах підготовки. Водночас, застосування колекціонування як засобу передачі теоретичної інформації більшість спортсменів вважають недоцільним на всіх етапах підготовки.

Перевірка даних на нормальність розподілу за допомогою критерія узгодженості χ^2 Пірсона дозволила встановити, що рівень надійності становить від $p=0,013$ ($p < 0,05$) до $p=3,53 \cdot 10^{-30}$ ($p < 0,05$).

У результаті проведеного опитування ми встановили ставлення аматорських спортсменів до теоретичної підготовки. Так, 24,66 % респондентів постійно відчують необхідність у набутті теоретичних знань із обраного виду спорту, 50,00 % таку необхідність відчують час від часу, 25,25 % покладаються на знання тренера, а 2,05 % вказали, що не потребують теоретичних знань. Рівень надійності (за критерієм узгодженості χ^2 Пірсона) становить $p=1,52 \cdot 10^{-14}$ ($p < 0,05$).

При цьому власний рівень знань із обраного виду спорту 15,75 % аматорських спортсменів оцінюють як високий, 60,96 % вважають свій рівень теоретичної підготовленості середнім, 21,23 % – задовільним, а 2,05 % – низьким. Рівень надійності (за критерієм узгодженості χ^2 Пірсона) становить $p=5,91 \cdot 10^{-24}$ ($p < 0,05$).

Таким чином, нами вперше встановлено спільні думки аматорських спортсменів, які займаються ЦВС, стосовно значущості різних теоретичної підготовки, потреби спортсменів у самостійному отриманні інформації з обраного виду спорту, розподілу навантаження з теоретичної підготовки на різних етапах підготовки спортсменів, надійності інформаційних джерел у забезпеченні спортсменів інформацією, доцільності застосування засобів теоретичної підготовки на різних етапах багаторічного спортивного вдосконалення у ЦВС.

3.2. Узагальнена думка тренерів-викладачів стосовно теоретичної підготовки в циклічних видах спорту

З метою з'ясування думок фахівців зі спорту шляхом анкетування нами було опитано 82 тренера-викладача з ЦВС. Серед них: 21 тренер-викладач із веслування на байдарках і каное та веслування академічного, 14 – з човнових перегонів, 17 – зі спортивного плавання, 30 – з легкої атлетики

(бігові види програми). У числі опитаних 41 тренер з вищою категорією (21 з яких має звання «Заслужений тренер України»), 19 – з першою, 22 – з другою категорією. Середній вік опитаних склав $49,46 \pm 1,46$, стаж тренерської роботи – $22,16 \pm 0,98$ років.

Анкета для опитування тренерів містить 11 змістових запитань, розподілених за типами на вісім закритих, з яких сім (1, 2, 3, 4, 8, 10, 11) – вибіркові, одне (5) – ранжувальне, три (6, 7, 9) – напіввідкриті.

Перша частина запитань анкети стосується ідентифікації респондентів за віком, видом спорту, спортивним розрядом (званням), тренерською категорією (званням), стажем та місцем роботи, зі спортсменами якої кваліфікації та на яких етапах багаторічної підготовки працює тренер.

Починаючи з 2-го запитання, в анкеті визначається ставлення фахівців до теоретичної підготовки спортсменів, розподіл та обсяг навантаження з теоретичної підготовки на різних етапах багаторічного спортивного вдосконалення (Питання 2, 3, 4). За допомогою Питань 5, 6, 7 з'ясовується думка респондентів стосовно найефективніших засобів та методів теоретичної підготовки. Значущість розділів та окремих блоків змісту теоретичної підготовки на різних етапах багаторічного спортивного вдосконалення встановлюється у Питаннях 8 та 9. Найефективніші форми організації занять із теоретичної підготовки та контролю за її рівнем визначаються у Питаннях 10 та 11.

Встановлено, що більшість опитаних тренерів-викладачів мають досвід роботи зі спортсменами різної кваліфікації на усіх етапах багаторічної підготовки. Це засвідчує об'єктивність отриманих даних. Водночас 67,07 % опитаних вказали, що постійно продовжують поглиблювати свої теоретичні знання з обраного виду спорту, 30,49 % час від часу цікавляться теоретичною інформацією з обраного виду спорту, а лише 2,44 % респондентів вважають, що володіють достатніми знаннями. Рівень надійності (за критерієм узгодженості χ^2 Пірсона) становить $p = 4,32 \cdot 10^{-12}$ ($p < 0,05$).

З метою визначення спільної думки тренерів-викладачів стосовно розподілу навантаження з теоретичної підготовки в річному циклі на різних етапах багаторічного вдосконалення спортсменів так само, як і під час опитування спортсменів, нами було запропоновано 75 варіантів відповідей.

Аналіз відповідей тренерів-викладачів показав, що для етапу ПІ найчастіше обиралися такі варіанти: 10-15 хв три рази на тиждень (18,29 %), 10-15 хв чотири рази на тиждень (14,63 %), 10-15 хв два рази на тиждень (10,96 %), 10-15 хв один раз на тиждень (8,54 %), 15-30 хв три рази на місяць (4,88 %), 30-45 хв один раз на місяць та 30-45 хв два рази на

менше (по 3,66 %). Решті запропонованих варіантів розподілу навантаження з теоретичної підготовки спортсменів надали перевагу менше 3% опитаних.

Для етапу ПБП найбільша кількість спільних думок тренерів (18,29 %) припадає на варіант проведення занять із теоретичної підготовки один раз на тиждень протягом 15-30 хв. Дещо менший відсоток фахівців зі спорту (17,07 %) вважають оптимальним проведення таких занять тричі на місяць протягом 15-30 хв.

Водночас існують й інші думки. Так, 13,41% опитаних вважають доцільним на цьому етапі підготовки проведення теоретичних занять протягом 10-15 хв тричі на тиждень, 10,96 % – 15-30 хв двічі на тиждень, 6,10 % – 10-15 хв один раз на тиждень, по 4,88 % – 10-15 хв чотири рази на тиждень, 15-30 хв три рази на тиждень.

Схожою етапу СБП, найбільші відсоткові частки спільних думок респондентів становлять 13,41 % та 12,20 % і відповідають варіантам проведення занять із теоретичної підготовки, а саме: 10-15 хв два рази на тиждень та 30-45 хв три рази на місяць. Крім цього, 8,54 % опитаних вважають ефективними заняття тривалістю 30-45 хв два рази на місяць, а 6,10 % – заняття тривалістю 15-30 хв два рази на місяць.

Окремі відсоткові частки спільних думок респондентів (по 6,10 %) припадають на варіанти проведення занять 10-15 хв один раз на тиждень, 30-45 хв три рази на тиждень, 15-30 хв один раз на тиждень. 4,88 % опитаних вважають доцільними заняття протягом 15-30 хв три рази на місяць, а 3,66 % – 15-30 хв два рази на тиждень.

Відносно наступного етапу підготовки, яким є етап ПдВД, більшість тренерів-викладачів (17,07 %) надають перевагу заняттям тривалістю 30-45 хв і періодичністю двічі на місяць. Водночас 13,41 % опитаних вважають ефективними одноразові заняття протягом тижня тривалістю 10-15 хв, а 6,10 % – одноразові заняття на місяць тривалістю 15-30 хв.

Значно менші відсоткові частки респондентів рекомендують такі варіанти розподілу навантаження з теоретичної підготовки, як: 10-15 хв два рази на тиждень та 10-15 хв три рази на тиждень (по 6,10 %), 10-15 хв два рази на місяць, 30-45 хв три рази на місяць, окреме тренувальне заняття один раз на місяць (по 4,88 %), 15-30 хв чотири рази на місяць, 30-45 хв один раз на тиждень (по 3,66 %).

У результаті опитування тренерів викладачів щодо етапу МРІМ встановлено, що значних переваг серед запропонованих варіантів розподілу навантаження з теоретичної підготовки не зареєстровано. Так, найбільша кількість опитаних фахівців зі спорту, яка у відсотковому співвідношенні

становить 10,96 %, наполягає на відведенні двічі на місяць окремого тренувального заняття з теоретичної підготовки.

Разом із тим, сформулювалося декілька рівнозначних у відсотковому співвідношенні часток спільних думок опитаних (по 9,76 %), які віддають перевагу наступним варіантам проведення занять: 10-15 хв один раз на тиждень, 10-15 хв два рази на тиждень, 30-45 хв два рази на місяць, проведення окремого тренувального заняття один раз на місяць. Також слід зазначити, що 6,10 % опитаних наполягають на 10-15-хвилинних заняттях тричі на місяць, а по 3,66 % – на 10-15-хвилинних та 30-45-хвилинних заняттях один раз на місяць.

Що стосується двох останніх етапів підготовки (3і3), то зареєстровано найбільшу відсоткову частку спільних думок тренерів-викладачів (21,95 %) для такого варіанту розподілу навантаження з теоретичної підготовки спортсменів, як проведення окремого тренувального заняття двічі на місяць. Решта спільних думок фахівців зі спорту склали значно менші відсоткові частки. Так, 10,96 % вважають доцільним проводити заняття з теоретичної підготовки протягом 10-15 хв один раз на тиждень. Три паритетні у відсотковому співвідношенні групи респондентів (по 6,10 %) наполягають на ефективності занять тривалістю 10-15 хв два рази на тиждень, 10-15 хв два рази на місяць, а також на проведенні окремого тренувального заняття один раз на місяць. Ще три рівнозначні групи опитаних (по 3,66 %) рекомендують здійснювати тренувальні заняття з теоретичної підготовки спортсменів протягом 10-15 хв один раз на місяць, 10-15 хв три рази на рік та окреме тренувальне заняття один раз на місяць.

Отже, аналіз результатів опитування тренерів-викладачів із УЗС щодо розподілу навантаження з теоретичної підготовки на різних етапах багаторічного вдосконалення спортсменів так само, як і за результатами опитування кваліфікованих спортсменів, довів відсутність єдиної думки серед респондентів.

Разом із тим, нами зареєстровано, що значні відсоткові частки опитаних фахівців зі спорту надають перевагу таким варіантам проведення занять із теоретичної підготовки, як 10-15 хв один раз на тиждень та 10-15 хв два рази на тиждень на усіх етапах підготовки спортсменів. Водночас, значна відсоткова частка тренерів-викладачів наполягає на триразових заняттях на тиждень тривалістю 10-15 хв на початкових етапах підготовки. На противагу цьому, найбільші відсоткові частки спільних думок фахівців зі спорту припадають на проведення на етапах МРІМ та ББ окремих тренувальних занять із теоретичної підготовки спортсменів.

Слід зазначити, що рекомендація проведення занять із теоретичної підготовки протягом 10-15 хв один раз на тиждень на усіх етапах циклічного вдосконалення та введення окремих тренувальних занять із теоретичної підготовки спортсменів на останніх етапах підготовки поширюється як фахівцями зі спорту, так і значною відсотковою часткою опитуваних спортсменів, які взяли участь в опитуванні.

Відповідей фахівців зі спорту на наступне запитання анкети дали можливість з'ясувати, яку саме відсоткову частку навантаження на різних етапах багаторічного спортивного вдосконалення тренери-викладачі рекомендують приділяти для теоретичної підготовки у річному макроциклі, коли загальний річний обсяг навантаження умовно прийняти за 100 %.

Так, на думку більшості опитаних (43,90 %), на етапі ПП навантаження з теоретичної підготовки повинно становити 10 %. Такий результат можна пояснити тим, що збільшення кількості занять із теоретичної підготовки сприятиме зростанню пізнавальної зацікавленості самих спортсменів, посилить їхню мотивацію до занять обраним видом спорту та, водночас, такі заняття стануть альтернативою фізичним навантаженням, великі обсяги яких не рекомендуються в період активного росту та фізичного розвитку дітей, які в часі співпадають з етапом ПП.

Проте слід зазначити, що сформувалися ще дві значні відсоткові частки спільних думок фахівців зі спорту. Одна з них (17,07 %) наполягає на загальному річному обсязі навантаження з теоретичної підготовки, що становитиме 5 %, а інша (13,41 %) вважає достатнім приділяти на теоретичну підготовку спортсменів на етапі ПП 1 % часу від загального річного обсягу навантаження.

Співставно решти запропонованих варіантів обсягу річного навантаження з теоретичної підготовки на зазначеному етапі, зареєстровані частки відсоткові частки спільних думок фахівців не досягають 5 % (див. табл. 3.2).

Щодо етапу ПБП, за результатами опитування сформувалися три значні відсоткові частки спільних думок фахівців зі спорту. Отже, 23,17 % респондентів вказали на те, що на цьому етапі підготовки для підвищення рівня базових знань спортсменів необхідно приділяти 7 % від загального річного обсягу навчально-тренувального навантаження. 21,95 % респондентів наполягають на відведенні теоретичній підготовці 10 % від загального річного обсягу, 18,29 % вважають достатньою частку, що становитиме 5 % від загального річного обсягу навчально-тренувального навантаження.

Обсяг навантажень з теоретичної підготовки у річному макроциклі для різних етапів підготовки у відсотках від загального річного навантаження (на матеріалі опитування тренерів-викладачів) (n=82)

Етапи підготовки	Обсяг навантаження (%)										
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	15-25
	Відсоткова частка опитаних										
ПП	13,4	3,6	4,8	4,8	17,0	2,4	2,4	4,8	0	43,9	2,4
ПБП	7,3	7,3	4,8	4,8	18,2	1,2	23,1	8,5	2,4	21,9	0
СБП	6,1	4,8	8,5	4,8	18,2	8,5	24,3	7,3	4,8	10,9	1,2
ПдВД	6,1	4,8	8,5	6,1	29,2	6,1	18,2	9,7	2,4	7,3	1,2
МРІМ	6,1	7,3	7,3	9,7	19,5	2,4	24,3	9,7	1,2	10,8	1,2
ЗіЗ	9,7	6,1	10,9	7,3	10,9	2,4	4,8	1,2	3,6	40,2	2,4

Для проведення занять із теоретичної підготовки на етапі СБП більшість тренерів-викладачів (24,39 %) радять відводити 7 % загального річного обсягу навантаження. Водночас, як і на попередньому етапі підготовки, на етапі СБП 18,29 % фахівців наполягають також і на частці у 5 % від навчально-тренувального навантаження.

Відносно наступного етапу підготовки, яким є етап ПдВД, для більшості опитаних (28,05 %) потреба в заняттях із теоретичної підготовки знижується до 5 %. Проте, слід зазначити, що для дещо меншої групи фахівців зі спорту (18,29 %) оптимальною залишається частка у 7 % від загального річного обсягу навантаження.

На етапі МРІМ, як і на попередніх трьох етапах, більшість тренерів-викладачів, що складала 24,39 % та 19,51 %, для ефективного засвоєння теоретичних знань також обрали частки, відповідно, у 7 % та 5 % від загального річного обсягу навантаження.

Стосовно останніх етапів підготовки (ЗіЗ), то виражену перевагу (40,24 %) фахівці віддали обсягу теоретичної підготовки, яка становить 10 % від загального річного навантаження. Результати нашого дослідження узгоджуються з даними, раніше отриманими М. П. Пітиним (2015 С.164, 169), на основі яких він запропонував розглядати теоретичну підготовку як резерв підтримання високих досягнень в обраному виді спорту внаслідок вичерпання інших розділів підготовки. Окрім того, дві паритетні групи фахівців (10,98 %) обрали відсоткові частки у 3 % та 5 %.

Аналіз результатів опитування тренерів-викладачів довів відсутність єдиної думки щодо встановлення відсоткової частки навантаження на різних етапах багаторічного вдосконалення, яку слід приділяти

теоретичної підготовки спортсменів у річному макроциклі, якщо загальний обсяг навантаження умовно прийняти за 100 %.

Разом із тим, на етапах ПБП, СБП та МРІМ зареєстровано значну частину респондентів (23,17%, 24,39% та 24,39% відповідно), які рекомендують виділяти на теоретичну підготовку спортсменів 7 % від загального обсягу річного навантаження.

Перевірка даних на нормальність розподілу за допомогою критерія χ^2 Пірсона дозволила встановити, що рівень надійності становить від $p=0,0045$ ($p < 0,05$) до $p=2,61 \cdot 10^{-07}$ ($p < 0,05$).

Слід зауважити, що як серед спортсменів, так і серед тренерів-викладачів із ЦВС виявлено однотайність думок стосовно обсягу теоретично-тренувального навантаження з теоретичної підготовки в річному макроциклі на початковому і завершальних етапах багаторічного макроциклу спортсменів. Це засвідчують найбільші відсоткові частки позитивних оцінок опитаних, які вказують на те, що таким заняттям доречно відводити 10 % від загально обсягу річного навантаження.

Встановлення переконань фахівців зі спорту з приводу достовірності джерел інформації здійснювалося в балах від «0» до «5» з урахуванням їх пріоритетності. Так, результати опитування показали, що більшість фахівців не отримують потрібної інформації з обраного виду спорту від спілкування з родиною та друзями. Це засвідчує низький рівень пріоритетності з боку респондентів пріоритетності вказаного джерела інформації (див. Рис. 3.29). Зокрема, 30,49 % оцінили в «0» балів, а 25,61 % – в «1» бал можливість отримання інформації від родини, тоді як 23,17 % респондентів отриманню інформації від друзів віддали «1» бал, а 37,80 % – «2» бал.

Значно більшого рівня значущості в отриманні теоретичної інформації тренери-викладачі надають спілкуванню з колегами по роботі. Встановлено, що більшість групи фахівців – по 26,83 %, які оцінюють вищезазначене джерело інформації на «2» та «3» бали. Також слід зазначити, що значна частина опитаних (20,73 %) оцінила в найвищу оцінку «5» балів можливість отримання необхідної інформації від обумовленого осередку.

Найкращим та затребуваним джерелом інформації 42,68 % опитаних тренерів-викладачів вважають науково-методичні та аналітико-інформаційні друковані джерела, відзначаючи їх оцінкою «5». Дещо менші частки респондентів – 25,61 % та 23,17 % – оцінюють отримання інформації з друкованих праць на «3» та «4» бали відповідно.

Значущість телебачення як джерела отримання інформації значна, більшість фахівців оцінили в «1» (21,95 %), «2» (26,83 %) та «3» (31,71 %)

бали. Ми пов'язуємо подібний невисокий рівень оцінок із закриттям великої кількості спортивних редакцій на нашому телебаченні – таких як «Новини спорту» на «1+1», «Вікна-Спорт» на СТБ, «Про-спорт» на «2-2», «Спорт в подорожжях» на каналі «Інтер» та «Спортрепортер» на «Новому каналі».

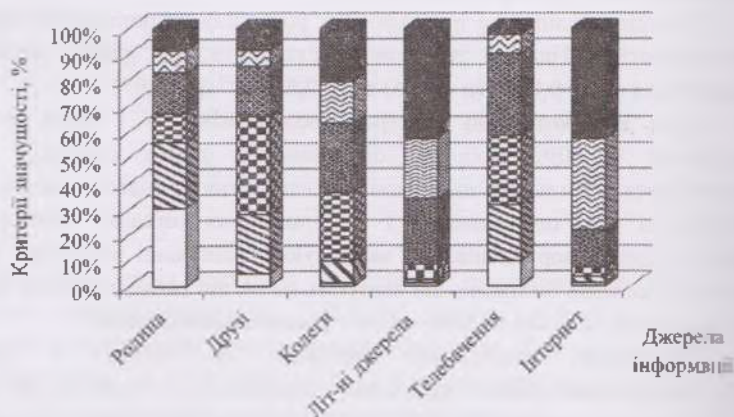


Рис. 3.29. Пріоритетність використання інформаційних джерел у забезпеченні тренерів-викладачів інформацією з обраного виду спорту.

□ – «0 балів»; ▨ – «1 бал»; ▩ – «2 бали»;
 ▒ – «3 бали»; ▪ – «4 бали»; ■ – «5 балів».

Встановлено, що на сьогоднішній день всю необхідну інформацію з теоретичної підготовки в обраному виді спорту більшість тренерів-викладачів отримують з мережі Інтернет. Про це свідчать сформовані в результаті опитування дві значні групи спільних думок фахівців (42,68 % та 35,37 %), які оцінили це джерело інформації, відповідно, на «5» та «4» бали. Такий вибір респондентів обумовлений стрімким розвитком інформаційних технологій, які дають можливість легкого, здебільшого безкоштовного, цілодобового доступу до різноманітних інформаційних ресурсів, які швидко оновлюються та містять різні види актуальної інформації.

Отже, пріоритетними джерелами, які забезпечують інформацію з теоретичної підготовки тренерів-викладачів із ЦВС, є джерела науково-популярної та методичної літератури та глобальна мережа Інтернет.

Перевірка отриманих за даним питанням результатів на нормальності розподілу за допомогою критерія узгодженості χ^2 Пірсона дозволила встановити, що рівень надійності коливається від $p=0,0007$ ($p < 0,05$), до $p=5,79 \cdot 10^{-16}$ ($p < 0,05$).

У ході анкетування також було визначено думку тренерів-викладачів про ефективності застосування різноманітних засобів теоретичної підготовки [66, 687]. Як видно з Рисунку 3.30, з метою отримання теоретичних знань із обраного виду спорту використання збірників наукових статей, навчальних посібників та монографій більшість опитаних вважають неефективним на етапах ПП (70,73 %) і ПБП (42,68 %) та малоефективним на етапі СБП (48,78 %).

Такі дані опитування можна пояснити низьким рівнем засвоєння інформації з вищезазначених джерел спортсменами, вік яких відповідає відповідним етапам. У подальшому потреба в застосуванні таких засобів зростає. На це вказує збільшення відсоткових часток спільних думок дослідників, які вважають їх «ефективними» та «дуже ефективними». Так, відповідно до етапу ПдВД вони досягають, відповідно, 42,68 % та 23,17 %, етапу МРІМ – по 39,02 % кожна, етапів ЗіЗ – 41,46 % та 39,02 % (Рис. 3.30).

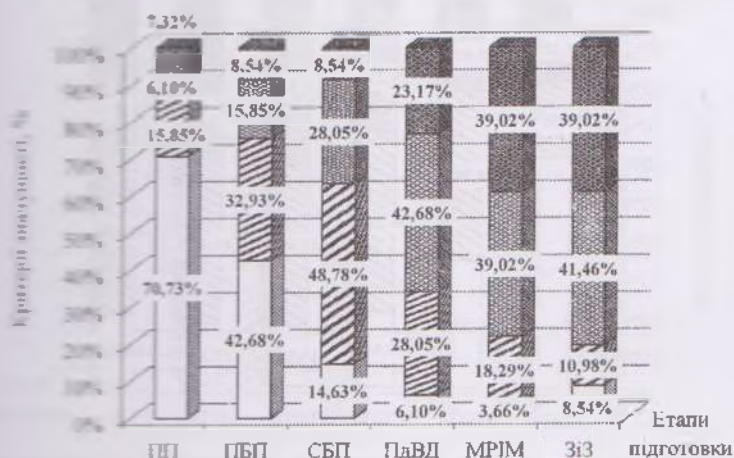


Рис. 3.30. Доцільність застосування збірників наукових статей, навчальних посібників та монографій у теоретичній підготовці спортсменів (за матеріалі опитування тренерів-викладачів, n=82):

□ – не ефективний засіб; ▨ – малоефективний засіб;
 ■ – ефективний засіб; ■ – дуже ефективний засіб;

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до етапів досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації спортивних здібностей; ЗіЗ – етапи збереження та зростання спортивної майстерності під поступового зниження досягнень.

Застосування довідників та енциклопедій у теоретичній підготовці спортсменів більшість тренерів-викладачів вважають «малоефективним засобом» на усіх етапах спортивного вдосконалення, крім першого (ПП). На «неефективності» вказаних джерел інформації на цьому етапі наполягають 59,76 % опитаних. «Малоефективними» на етапі ПБП наведені засоби визначають 43,90 % респондентів, на етапі СБП – 46,34 %, на етапах ПдВД і МРІМ – по 41,46 %, на етапах ЗіЗ – 42,68 %. Разом із тим, варто зауважити, що значні відсоткові частки спільних думок фахівців вказують на «ефективність» застосування довідників та енциклопедій на етапах СБП (29,27 %), ПдВД (40,24 %), МРІМ (29,27 %), хоча на останніх етапах підготовки (ЗіЗ) потреба у таких засобах знову знижується (20,73 %) (Рис. 3.31).

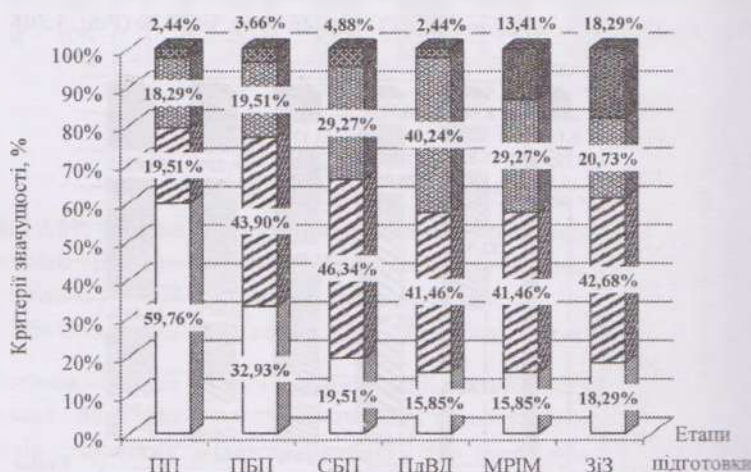


Рис. 3.31. Доцільність застосування довідників та енциклопедій у теоретичній підготовці спортсменів (на матеріалі опитування тренерів-викладачів, n=82):

- не ефективний засіб;
 - малоефективний засіб;
 - ефективний засіб;
 - дуже ефективний засіб;

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень.

Значення використання книг (у тому числі електронних та аудіо книг) теоретичної підготовки спортсменів у ЦВС зростає від етапу до етапу. Так, більшість опитаних (40,24 %) відмічають їх застосування на етапі ПП як «не ефективні», а на етапі ПБП (52,44 %) – як «малоефективне», то вже на етапах СБП та ПдВД більшість фахівців зі спорту (51,22 % та 54,88 %) вважають їх як «ефективні» засоби підготовки. Потреба у застосуванні електронних та аудіокниг простежується і на етапах МРІМ та ЗіЗ. «Ефективними» засобами їх вважають, відповідно, 45,12 % та 25,61 % опитаних, а «дуже ефективними» – 50,00 % та 62,20 %.

Такий вибір фахівців можна пояснити віковими особливостями особистості та усвідомлення інформації, отриманої шляхом впливу на нервову та сенсорні системи, що дозволяє спортсменам виокремити найбільш цінну інформацію із широкого діапазону зовнішніх сигналів (рис. 3.32).

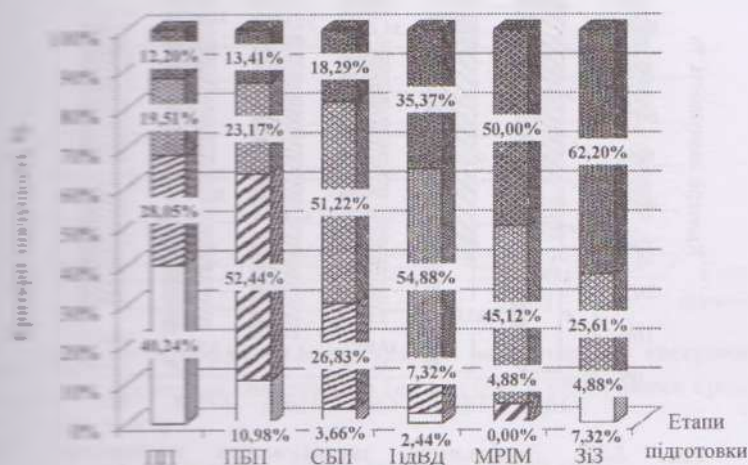


Рис. 3.32. Ефективність застосування книг у теоретичній підготовці спортсменів (за матеріалі опитування тренерів-викладачів, n=82):

- – не ефективний засіб; ▨ – малоефективний засіб;
- ▩ – ефективний засіб; ■ – дуже ефективний засіб;

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до досягнення вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації спортивних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної результативності після поступового зниження досягнень.

На думку більшості тренерів-викладачів, отримання теоретичної інформації з періодичної науково-популярної літератури, а саме з журналів та газет, є «не ефективним» на першому етапі підготовки (43,90 %) та «малоефективним» на усіх інших етапах спортивного вдосконалення. Тобто відсоткова частка опитаних, які дотримуються такої думки щодо етапу ПП, становить 46,34 %, етапу СБП – 50,00 %, етапу ПдВД – 54,88 %, етапу МРІМ – 59,76 %, та етапів ЗіЗ – 57,32 %. Слід зазначити, що думки тренерів-викладачів та кваліфікованих спортсменів, які взяли участь в опитуванні, у цьому питанні співпадають (Рис. 3.33).

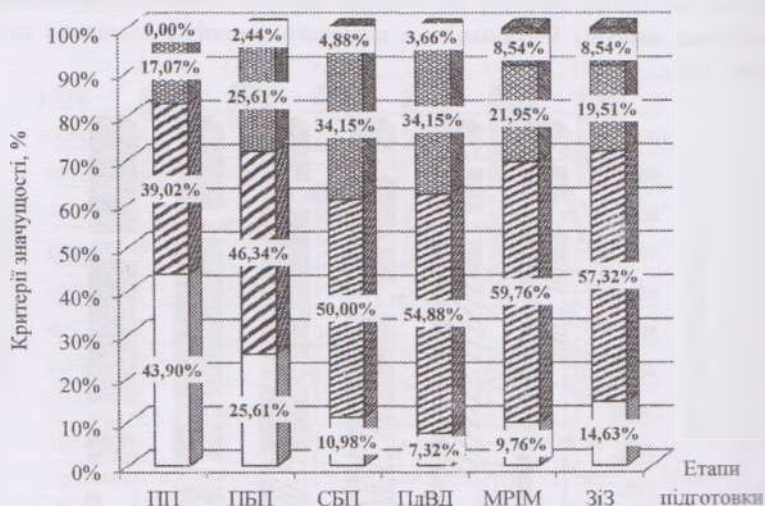


Рис. 3.33. Доцільність застосування періодичних видань (журналів та газет) у теоретичній підготовці спортсменів (на матеріалі опитування тренерів-викладачів, n=82):

- не ефективний засіб;
 - малоефективний засіб;
 - ефективний засіб;
 - дуже ефективний засіб;

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень.

Педагогічне тестування, на думку більшості респондентів, є ефективним засобом теоретичної підготовки, починаючи з етапу ПБП. У наступному співвідношенні думки фахівців стосовно різних етапів підготовки заступним чином: 45,12 % (ПБП), 47,56 % (СБП), 41,46 % (ПдВД), 48,78 % (МРІМ), 39,02 % (ЗіЗ) (Рис. 3.34).

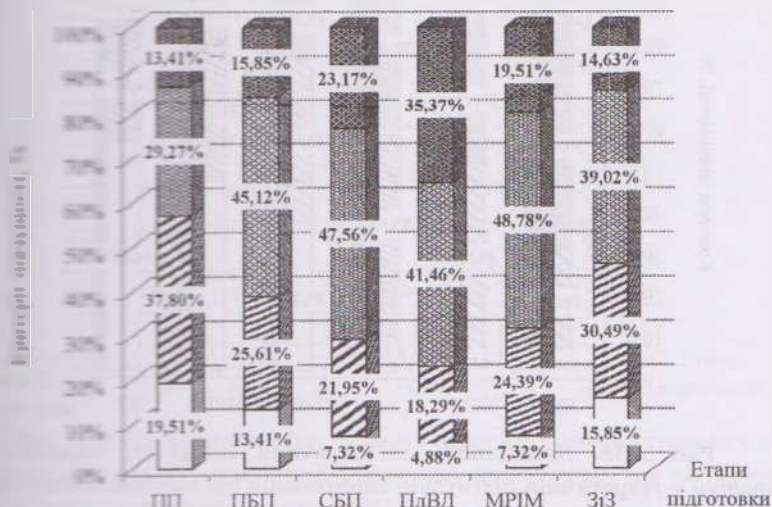


Рис. 3.34. Доцільність застосування педагогічного тестування у теоретичній підготовці спортсменів (на матеріалі опитування тренерів-викладачів, $n=82$):

- - не ефективний засіб; ▨ - малоефективний засіб;
- ▩ - ефективний засіб; ▤ - дуже ефективний засіб;

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації спортивних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної результативності та поступового зниження досягнень.

Використання плакатів, малюнків та брошур як засобів теоретичної підготовки визнано «ефективним» лише на першому етапі багаторічного тренування (50,00 %). На подальших етапах підготовки їхня значущість

знижується. Зокрема, більшість фахівців, а це 45,12 %, 53,66 % та 39,02 % з числа респондентів, відзначають їх «малоефективними» на етапах ПБП, СБП, та ПдВД відповідно. У той самий час, вони визнані «не ефективними» на етапі МРІМ, на що вказують 46,34 % опитаних, а на етапі ЗіЗ – 54,88 % (Рис. 3.35).

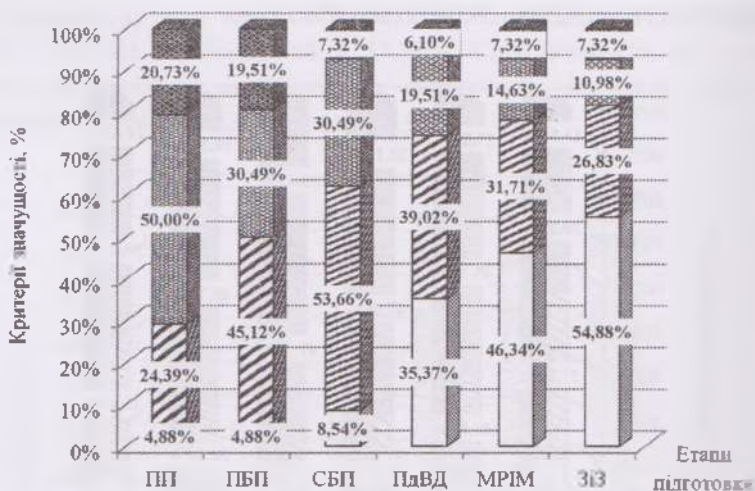


Рис. 3.35. Доцільність застосування плакатів, малюнків та брошур у теоретичній підготовці спортсменів (на матеріалі опитування тренерів-викладачів, n=82):

- не ефективний засіб;
 - малоефективний засіб;
 - ефективний засіб;
 - дуже ефективний засіб;

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень.

Перегляд документальних та художніх фільмів на спортивну тематику, на думку більшості опитаних тренерів-викладачів, є «ефективним» та «дуже ефективним» засобом під час підготовки у першій стадії процесу багаторічного вдосконалення. На це вказують значні відсоткові частки спільних думок респондентів. Для етапу ПП такі частки становлять відповідно, 47,56 % та 23,17 %, для ПБП – 40,24 % та 31,71 %, СБП –

42,89 % та 31,71 %, ПдВД – 48,78 % та 18,29 %. На противагу цьому, під час подальшої у другій стадії процесу багаторічного вдосконалення значущість мультимедійного засобу знижується. Так, більшість опитаних, що становить 41,46 % та 39,02 %, вважає його, відповідно, «малоефективним» на етапах МРІМ та ЗіЗ (Рис. 3.36).

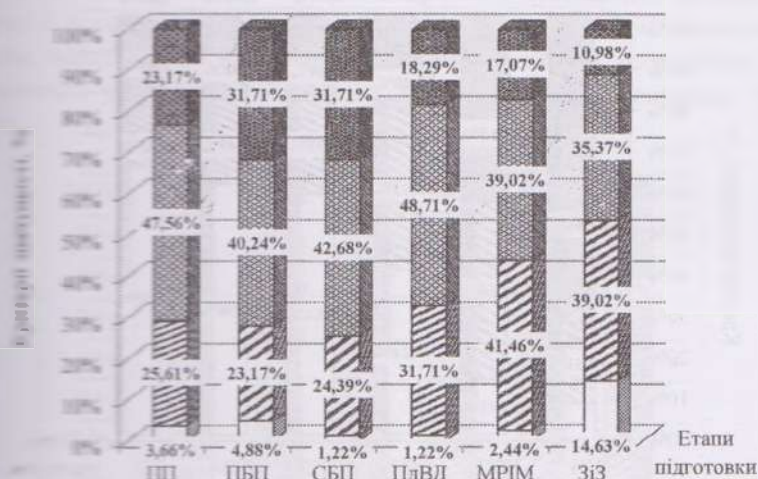


Рис. 3.36. Додільність застосування перегляду документальних та мультиплікаційних фільмів у теоретичній підготовці спортсменів (на матеріалі анкетування тренерів-викладачів, n=82):

□ – не ефективний засіб; ▨ – малоефективний засіб;
 ■ – ефективний засіб; ▩ – дуже ефективний засіб;

ІП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної можливості та поступового зниження досягнень.

Важко не бачити, більшість тренерів-викладачів визнали «ефективним» (42,89 %) та «дуже ефективним» (25,61 %) перегляд мультиплікаційних фільмів на спортивну тематику як засіб передачі знань із обраного виду спорту, лише на етапі ІП. На подальших етапах потреба у застосуванні мультимедійних засобів у теоретичній підготовці спортсменів знижується, і, починаючи з етапу СБП і до етапів ЗіЗ, чисельність опитуваних, які вважають цей засіб

«не ефективним», зростає від 40,24 % до 65,85 %. Така низька затребуваність анімації як засобу передачі теоретичних знань спортсменам на більшості етапів підготовки є спільним міркуванням як фахівців зі спорту, так і кваліфікованих спортсменів, які взяли участь в опитуванні (Рис. 3.37).

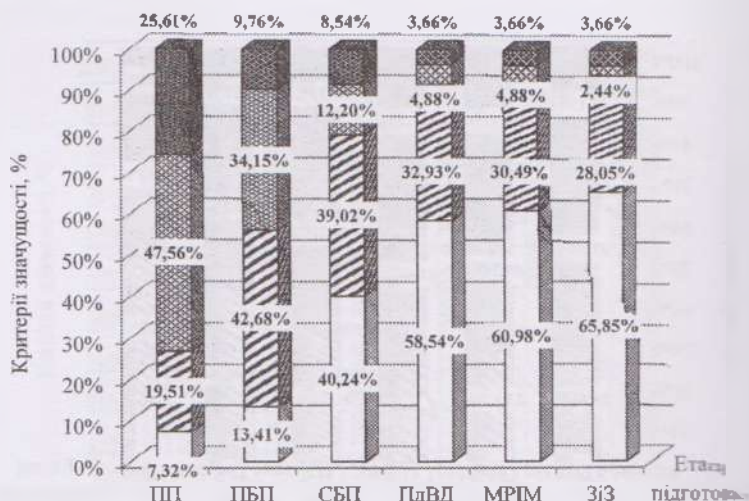


Рис. 3.37. Доцільність застосування перегляду мультиплікаційних фільмів на спортивну тематику у теоретичній підготовці спортсменів (на матеріалі опитування тренерів-викладачів, $n=82$):

□ - не ефективний засіб; ▨ - малоефективний засіб;
▩ - ефективний засіб; ▤ - дуже ефективний засіб;

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень.

Переконання фахівців стосовно наступного засобу теоретичної підготовки, яким є перегляд телевізійних програм спортивного спрямування та новин спорту, розділилися на дві значні відсоткові частки. Так, 45,12 % опитаних вважають вищезазначений засіб на етапі ПП «малоефективним», а 30,49 % – «ефективним». Крім того, більшість респондентів визначили телебачення як «ефективний» засіб теоретичної підготовки на етапах ПБП (51,22 %), СБП (56,10 %) та ПдВД (50,00 %), а дещо менші відсотки

частин опитаних (28,05 %, 21,95 % та 29,27 %) відмічають його як «малоєфективний» засіб.

Значуща частка спільних думок фахівців, які вважають такий засіб «малоєфективним», на етапах МРІМ та ЗіЗ становить 36,59 % та 26,83 % відповідно. Такий результат можна пояснити тим, що перегляд спортивних телевізійних програм та каналів складним для сприйняття юними спортсменами на початкових етапах підготовки та не надає повної інформації для спортсменів, які перебувають у другій стадії процесу багаторічного вдосконалення (Рис. 3.38).

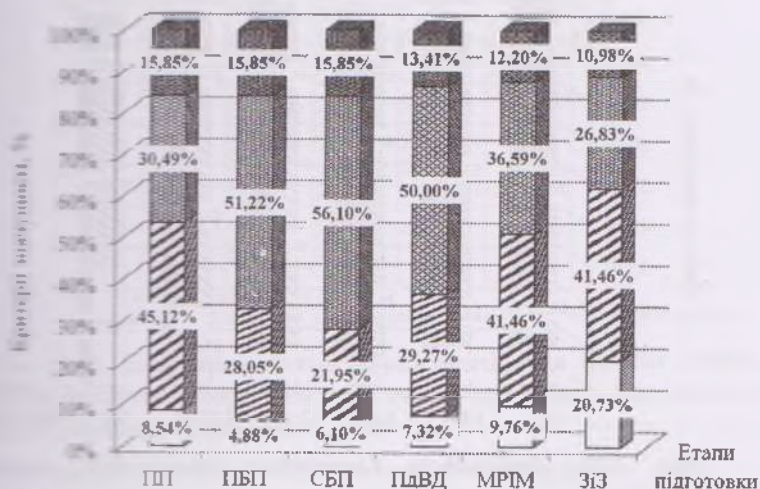


Рис. 3.38. Доцільність застосування перегляду телевізійних програм спортивного спрямування у теоретичній підготовці спортсменів (за матеріалі опитування тренерів-викладачів, $n=82$):

□ - не ефективний засіб; ▨ - малоєфективний засіб;
 ▩ - ефективний засіб; ▤ - дуже ефективний засіб;

ПП - етап початкової підготовки; ПБП - етап попередньої базової підготовки; СБП - етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД - етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ - етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей; ЗіЗ - етапи збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень.

Як видно з Рисунку 3.39, проведення практичних заходів, серед яких числяться та проекти на спортивну тематику, а також зустрічі з видатними

спортсменами і тренерами, більшість тренерів-викладачів оцінюють як «ефективний» засіб теоретичної підготовки спортсменів на перших трьох етапах багаторічного вдосконалення. При цьому для етапу ПП так вважає 39,02 %, ПБП – 53,66 %, СБП – 50,00 % респондентів.

Разом із тим, починаючи з наступного етапу підготовки, значущість такого засобу знижується і більшістю опитаних визначається як «малоефективне» джерело інформації. Стосовно етапу ПдВД так розмірковують 48,78 %, етапу МРІМ – 43,90 %, етапів ЗіЗ – 39,02 %.

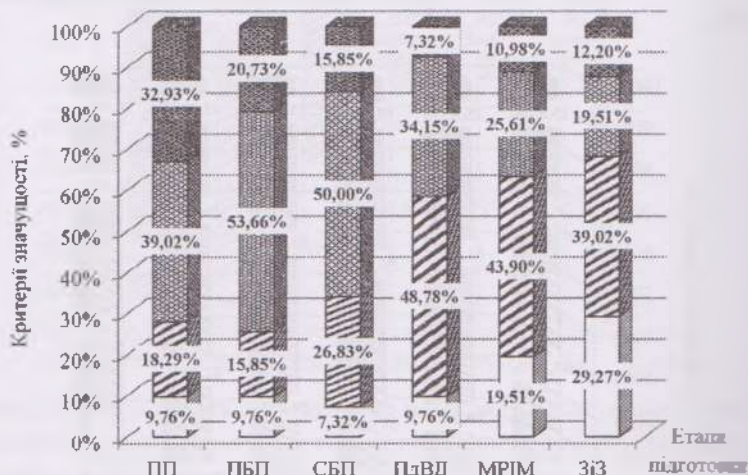


Рис. 3.39. Доцільність проведення практичних заходів у теоретичній підготовці спортсменів (на матеріалі опитування тренерів-викладачів, n=82):

- - не ефективний засіб; ▨ - малоефективний засіб;
- ▩ - ефектний засіб; ■ - дуже ефектний засіб;

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень.

З метою передачі теоретичних знань спортсменам на етапах ПП і ПБП застосування ігор (пазлів, квестів, вікторин) значні групи опитаних оцінюють як «дуже ефективний» (43,90 % та 26,83 % відповідно).

«ефективний» (32,93 % та 48,78 % відповідно) засіб. Водночас на думку фахівців, ефективність передачі інформації ігровими засобами на етапах СБП (46,34 %) та ПдВД (48,78 %) знижується до оцінки «малоефективний», а на етапах МРІМ (45,12 %) та ЗіЗ (54,88 %) – до оцінки «неефективний» (Рис. 3.40).

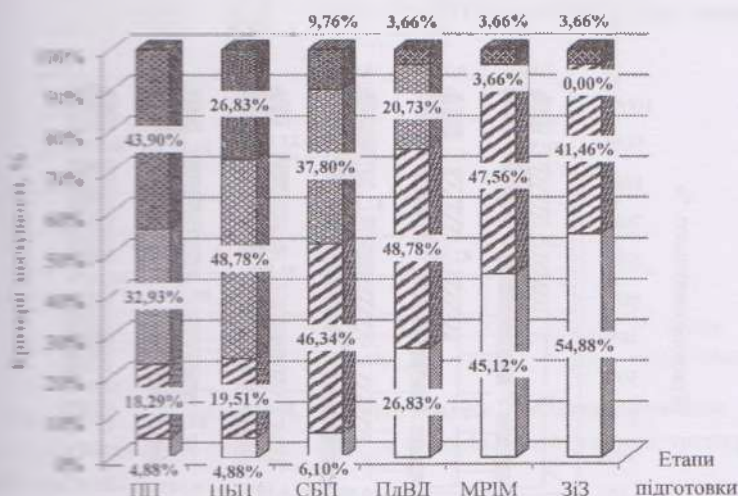


Рис. 3.40. Доцільність застосування настільних ігрових засобів, засіб та вікторія у теоретичній підготовці спортсменів (на матеріалі опитування тренерів-викладачів, n=82):

□ – ефективний засіб; ▨ – малоефективний засіб;
 ■ – ефективний засіб; ▩ – дуже ефективний засіб;

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації ігрових можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень.

На думку фахівців зі спорту, проведення відкритих лекцій зі спортивних наук на перших двох етапах багаторічного вдосконалення є необхідним. На це вказують значні відсоткові частки спільних думок фахівців. Зокрема, на їхній «неефективності» на етапі ПП налягає 43,90 %, а на етапі ПБП – 37,80 % респондентів, на «малоефективності» – 18,29 % та 19,51 % відповідно.

На наступних етапах підготовки значущість вищенаведеного засобу зростає. Так, сформувалися дві значні групи спортсменів, які вважають його на етапі СБП «малоефективним» (42,68 %) та «ефективним» (37,80 %). Водночас більшість респондентів, а саме 43,90 %, 50,00 % та 41,46 %, оцінюють його як «ефективний» засіб підготовки, відповідно, на етапах ПдВД, МРІМ та ЗіЗ (Рис. 3.41).

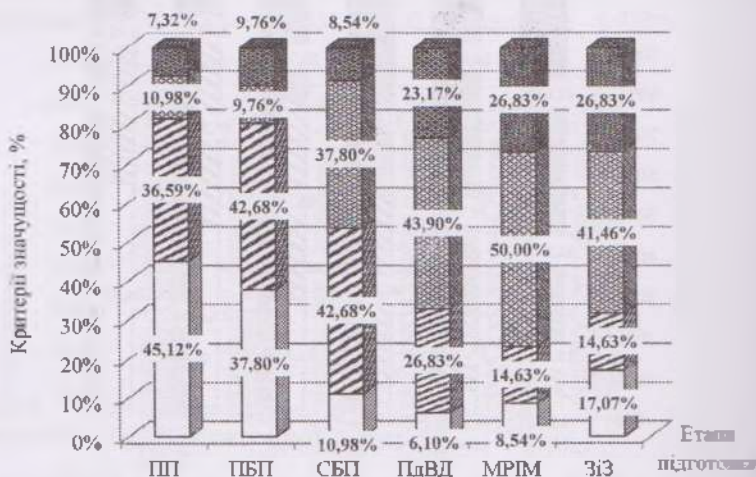


Рис. 3.41. Доцільність проведення відкритих лекцій у теоретичній підготовці спортсменів (на матеріалі опитування тренерів-викладачів, n=82):

□ - не ефективний засіб; ▨ - малоефективний засіб;
 ▩ - ефективний засіб; ■ - дуже ефективний засіб;

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень.

Можливість застосування колекціонування як засобу теоретичної підготовки фахівці зі спорту оцінили скептично. Так, частка опитаних, які наголошують на «неефективності» такого засобу на етапі ПП, становить 46,34 %, а на «малоефективності» – 37,80 %. Стосовно етапу ПБП частки досягають, відповідно, 43,90 % та 45,12 %, етапу СБП – 51,22 % та

на етапі ПдВД – 71,95 % та 21,95 %, етапу МРІМ – 76,83 та 17,02 %, етапу ЗіЗ – 80,49 % та 12,20 % (Рис. 3.42).

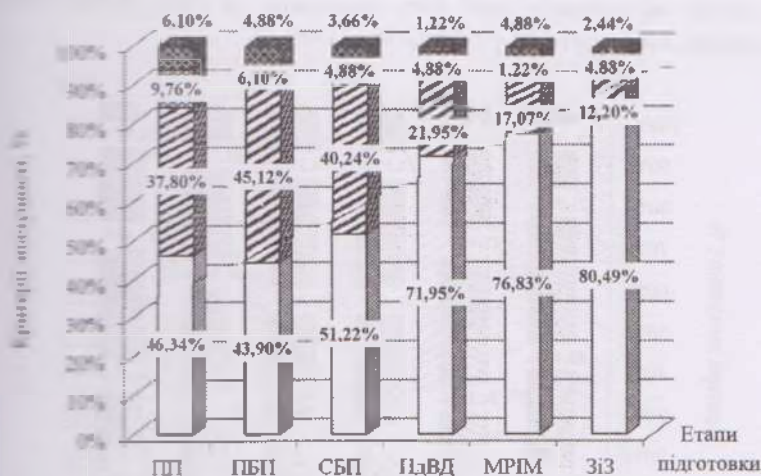


Рис. 3.42. Доцільність застосування колекціонування у тренувальній підготовці спортсменів (на матеріалі опитування тренерів-викладачів, n=82):

□ – не ефективний засіб; ▨ – малоефективний засіб;
 ▩ – ефективний засіб; ▤ – дуже ефективний засіб;
 ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень.

Потреба застосування комп'ютерного тестування як засобу тренувальної підготовки спортсменів у ЦВС змінюється хвилеподібно. Так, на думку більшості тренерів-викладачів, що склала 52,44 %, застосування даного засобу на етапі ПП є «малоефективним». При цьому «ефективним», на який зазначеному етапі підготовки, його вважають лише 21,95 % опитаних. На наступних етапах підготовки значущість даного засобу зростає і відсоткова частка респондентів, які оцінюють його як «ефективний» засіб на етапах ПБП, СБП та ПдВД становить по 41,46 %, а як «дуже ефективний» – 9,76 %, 24,39 % та 24,39 %, відповідно. Починаючи з етапу МРІМ відсоткова частка опитаних, що відзначають використання

комп'ютерного тестування на заняттях з теоретичної підготовки «ефективний» засіб становить 36,59 %, а на етапах ЗіЗ – 37,80 %. При як «дуже ефективний» засіб його відмічають на етапі МРІМ – 20,73 % опитаних, а на етапах ЗіЗ – 10,98 % (Рис. 3.43).

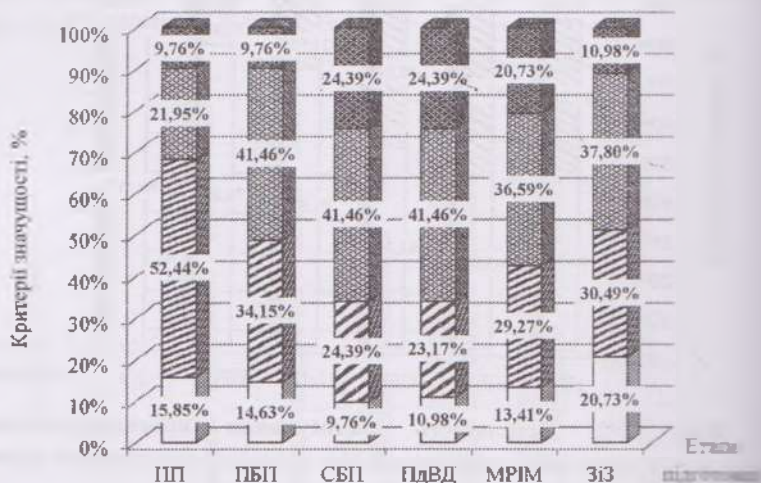


Рис. 3.43. Доцільність застосування комп'ютерного тестування в теоретичній підготовці спортсменів (на матеріалі опитування тренерів-викладачів, $n=82$):

- - не ефективний засіб; ▨ - малоефективний засіб;
 ▩ - ефективний засіб; ■ - дуже ефективний засіб;

ІП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень.

З метою підвищення рівня теоретичної підготовленості спортсменів на етапі ІП значна кількість тренерів-викладачів оцінили використання комп'ютерних ігор як «дуже ефективний» (39,02 %) та «ефективний» (29,27 %) засіб. На подальших етапах підготовки потреба у використанні комп'ютерних ігор поступово знижується. Так, більшість респондентів на етапах ПБП та СБП відповіли, що використання комп'ютерних ігор становила 50,00 % та 46,34 %, позначила його як «ефективний» засіб підготовки. На етапах ПдВД, МРІМ та ЗіЗ частота відповідей з оцінкою «ефективний» зменшилася до 41,46 %, 36,59 % та 37,80 % відповідно.

ефективність цього засобу знижується до оцінки «малоефективний» (43,90 %, 47,56 % та 56,10 %) та «не ефективний» (25,61 %, 47,56 % та 56,10 %) (Рис. 3.44).

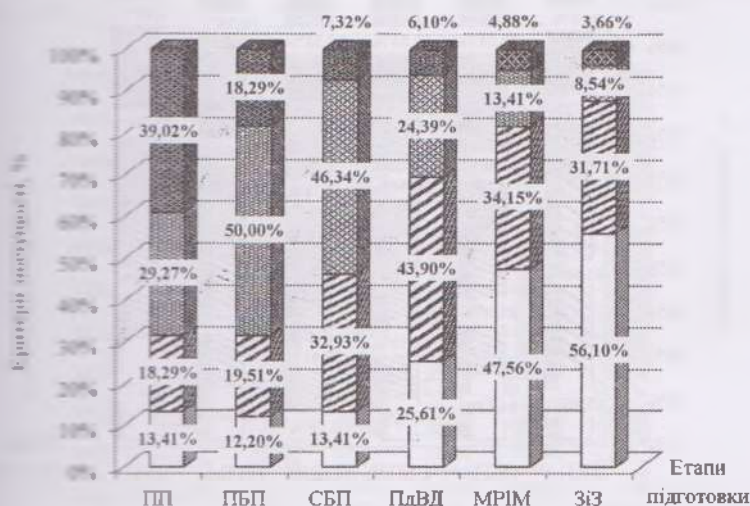


Рис. 3.44. Доцільність застосування комп'ютерних ігор у теоретичній підготовці спортсменів (на матеріалі опитування тренерів-викладачів, n=82):

- - не ефективний засіб; ▨ - малоефективний засіб;
- - ефективний засіб; ▩ - дуже ефективний засіб;

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень.

Комп'ютерні навчально-освітні програми більшість фахівців зі спорту оцінює як «ефективний» засіб теоретичної підготовки на всіх етапах багаторічного спортивного вдосконалення спортсменів, крім першого, для якого більшість опитаних у 42,68 % відзначає даний засіб як «скоріше неважливий, ніж не важливий». Отже щодо етапу ПБП, то найбільша частка спільних думок фахівців, що наполягають на ефективності застосування комп'ютерних навчально-освітніх програм

становить 37,80 %, щодо етапу СБП – 46,34 %, етапу ПдВД – 48,78 %, етапу МРІМ – 47,56 % та етапів ЗіЗ – 43,90 % (Рис. 3.45).

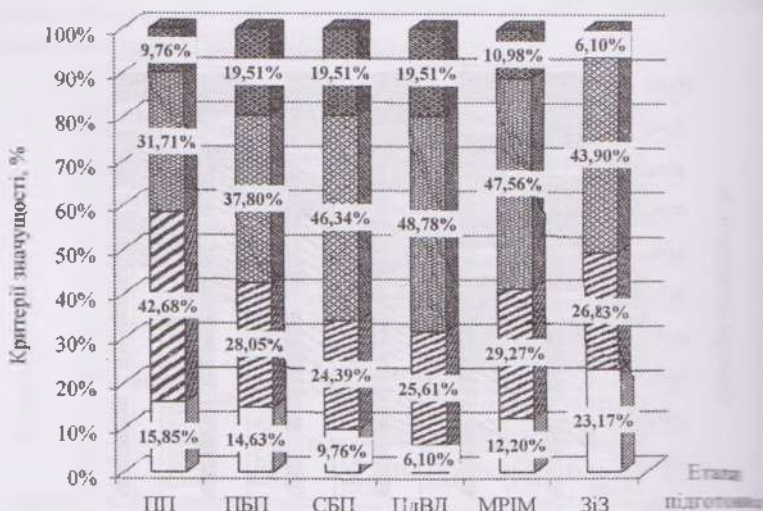


Рис. 3.45. Доцільність застосування комп'ютерних навчально-освітніх програм у теоретичній підготовці спортсменів (на матеріалі опитування тренерів-викладачів, $n=82$):

- - не ефективний засіб; ▨ - малоефективний засіб;
 ▩ - ефективний засіб; ▤ - дуже ефективний засіб;

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень.

Пошукові сервіси мережі Інтернет (google.com.ua, bing.com, yahoo.com, shukalka.com.ua, meta.ua, guugle.com.ua та ін.) дозволяють спортсменам та їхнім тренерам самостійно знаходити необхідну інформацію з обраного виду спорту. Тому потреба в їхньому використанні, на думку тренерів-викладачів, зростає з кожним наступним етапом підготовки. Так, більшість опитаних (42,68 %) вважають такий засіб «малоефективним» на етапі ПП.

Разом із тим, на етапах ПБП та СБП його значущість підвищується в оцінці «ефективний», на що вказують, відповідно, 46,34 % та 48,78 %.

підготовки. Починаючи з етапу ПдВД і до етапів ЗіЗ, більшість респондентів (від 65,85 % до 64,63 %) відзначають пошукові сервіси мережі Інтернет як «дуже ефективний» засіб теоретичної підготовки спортсменів (рис. 3.46).

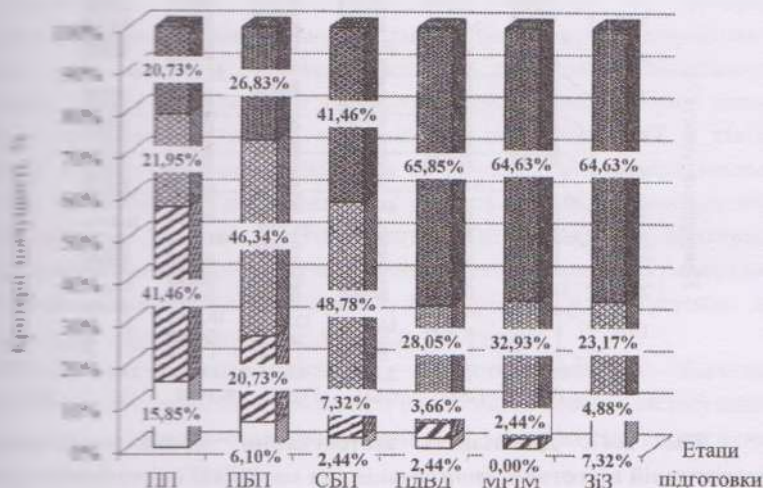


Рис. 3.46. Доцільність використання пошукових сервісів мережі Інтернет у теоретичній підготовці спортсменів (на матеріалі опитування тренерів-викладачів, $n=82$):

□ – не ефективний засіб; ▨ – малоефективний засіб;
 ▩ – ефективний засіб; ■ – дуже ефективний засіб;

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної майстерності та поєднувального зниження досягнень.

Під час теоретичних знань спортсменам із використання технічних засобів (мультимедіа) більшістю тренерів-викладачів визначено як «ефективний» та «дуже ефективний» засіб на усіх етапах підготовки. Так, на етапі ПП такі відсоткові частки спільних думок респондентів становлять, відповідно, 42,68 % та 31,71 %; для етапу ПБП – 54,88 % та 26,83 %; для етапу СБП – 46,34 % та 36,59 %; ПдВД – 35,73 % та 47,56 %; МРІМ – 32,93 % та 51,22 %; ЗіЗ – 26,83 % та 50,0 %. При цьому від етапу до

етапу потреба у використанні технічних засобів теоретичної підготовки спортсменів зростає (Рис. 3.47).

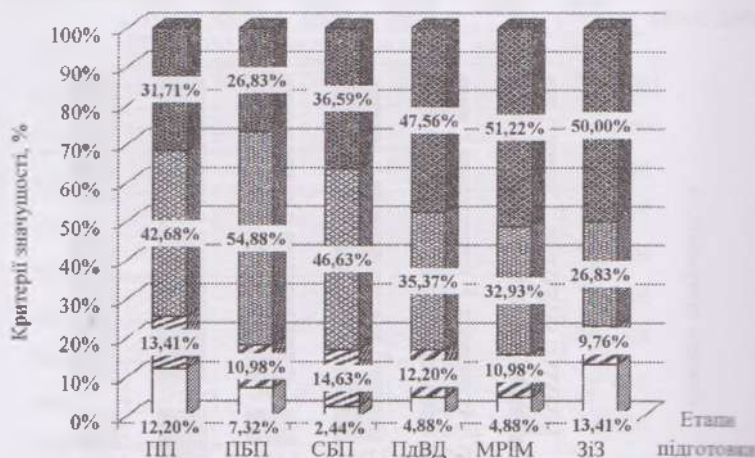


Рис. 3.47. Доцільність застосування засобів мультимедіа в теоретичній підготовці спортсменів (на матеріалі опитування тренерів-викладачів, $n=82$):

- не ефективний засіб;
 - малоефективний засіб;
 - ефективний засіб;
 - дуже ефективний засіб;

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень.

Отже, існує судження тренерів-викладачів, що потреба в застосуванні таких засобів теоретичної підготовки, як збірники наукових статей, навчальні посібники, монографії, електронні та аудіо книги, педагогічне тестування та тестування за допомогою комп'ютерних програм, прослуховування лекцій, пошукові сервіси мережі Інтернет зростає з кожним наступним етапом підготовки спортсменів.

На противагу цьому, значущість використання плакатів, малюнків, брошур, анімації, документальних та художніх фільмів, ігор (у тому числі комп'ютерних) та практичних заходів знижується з підвищенням спортивної майстерності спортсменів. Разом із тим, більшість тренерів

найефективнішими засобами теоретичної підготовки на всіх етапах багаторічного вдосконалення відзначають використання пошукових систем через Інтернет та новітніх технічних засобів навчання, а найменш ефективним засобом – колекціонування.

Порівнюючи відповіді кваліфікованих спортсменів та тренерів-викладачів, можна зазначити, що їхні думки стосовно найефективніших і найменш інформативних засобів теоретичної підготовки співпадають. Виявлено у їхніх поглядах слід відмітити потребу у використанні таких засобів теоретичної підготовки, як довідники та енциклопедії, а також друковані періодичні видання (журнали та газети). Так, за міркуванням кваліфікованих спортсменів, пріоритетність у застосуванні вищенаведених засобів зростає з кожним наступним етапом підготовки. На противагу цьому, більшість опитаних тренерів-викладачів зазначають, що з переходом спортсменів із нижчих сходинок процесу багаторічного вдосконалення до більш високих інформативність цих засобів знижується.

Зрештою, тренери-викладачі надають більшого значення підвищенню теоретичної підготовленості спортсменів шляхом застосування комп'ютерних навчально-освітніх програм, ніж кваліфіковані спортсмени, які лише участь в опитуванні.

Перевірка отриманих даних на нормальність розподілу за допомогою критерію угодженості χ^2 Пірсона за питанням про те, які із засобів теоретичної підготовки були б найефективнішими у підготовці спортсменів, дозволила встановити, що рівень надійності коливається від $p=0.019$ ($p < 0.05$) до $p=2.32 \cdot 10^{-29}$ ($p < 0.05$).

Шляхом анкетування також встановлено методи теоретичної підготовки, які, на думку тренерів-викладачів, були б найефективнішими у підготовці спортсменів на кожному з етапів багаторічного спортивного вдосконалення. Так, більшістю респондентів застосування саме вербальних (словесних) методів були оцінені як «дуже ефективні» на етапах ПП (58,54 %), ПБП (63,41 %) та СБП (63,41 %). Водночас, на подальших етапах підготовки потреба в застосуванні цих методів дещо знижується і, відповідно, більшість тренерів-викладачів (51,22 %, 56,10 % та 34,15 %) вважають вербальні методи підготовки як «ефективні» на етапах, відповідно, ПдВД, МРІМ та ЗіЗ (див. Рис. 3.48).

Схожа тенденція спостерігається і відносно використання наочних методів, основними з яких є ілюстрування та демонстрування, які більшістю опитаних визнані як «дуже ефективні» на етапах ПП, ПБП та СБП, що у відсотках становить, відповідно, 67,07%, 64,63 % та 52,44 %. У свою чергу, на етапах ПдВД, МРІМ та ЗіЗ значимість використання

наочних методів у теоретичній підготовці спортсменів зникає оцінка «ефективні». Це підтверджується найбільшими відсотками частками спільних думок опитаних, які щодо обумовлених досягають, відповідно, 53,66%, 58,54 % та 43,90%.

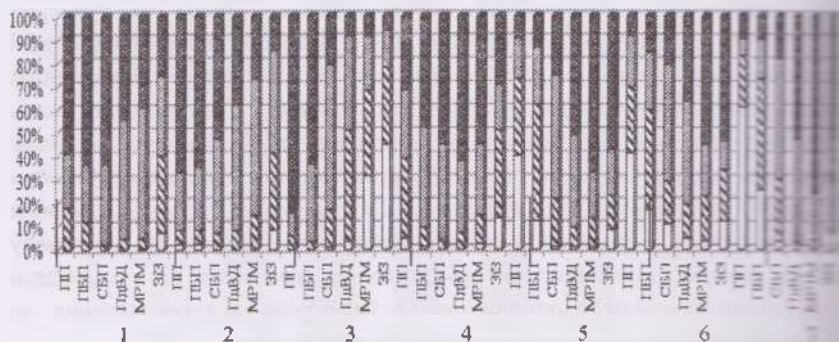


Рис. 3.48. Доцільність застосування методів теоретичної підготовки на різних етапах багаторічного спортивного вдосконалення (на матеріалі опитування тренерів-викладачів, $n=82$):
 □ – не ефективний метод; ▨ – малоефективний метод; ▩ – ефективний метод; ▤ – дуже ефективний метод.

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень.

1. Вербальні (словесні); 2. Наочні (ілюстрування, демонстрування); 3. Ігровий; 4. Змагальний; 5. Інформаційного пошуку; 6. Інтерактивні методи («мозковий штурм», метод асоціацій, створення проблемної ситуації, метод проєктів, «коло ідей», «мікрофон», «дерево рішень»); 7. Самоосвіта.

Найбільш затребуваним методом на початкових етапах підготовки визнано ігровий. Так, найбільша кількість респондентів, яка становила 84,15 %, визначила застосування цього методу на рівні «дуже ефективно» на етапі ПП та 63,41 % – на етапі ПБП. Починаючи з наступного етапу підготовки, необхідність у застосуванні ігрового методу поступово знижується, і більшість опитаних, що склала 62,20 %, визнали його на етапі СБП «ефективним» методом підготовки.

У той же час, вже 40,24 % респондентів оцінили застосування ігрового методу як «ефективний» на етапі ПдВД, а 47,56 % респондентів –

як «малоефективний». Ще менша кількість опитаних, а саме 36,59 % і 33,33 %, вважають такий метод «малоефективним» на етапах МРІМ і ЗіЗ, а, відповідно, 31,71 % і 45,12 % опитаних – «не ефективним».

Думки тренерів-викладачів щодо використання на етапі ПП певного методу в теоретичній підготовці спортсменів розподілилися на три рівномірні відсоткові частки. Так, 34,15 % опитаних наполягають на «малоефективності» цього методу, 29,27 % вважають його «ефективним», а 36,59 % – «дуже ефективним».

Викреслюються ще дві значні відсоткові частки спільних думок тренерів-практиків, серед яких 42,68 % та 41,46 % опитаних, які оцінюють певний метод як «ефективний» на етапах, відповідно, ПБП та СБП, а 43,90 % та 54,88 % – як «дуже ефективний». До того ж, більшість опитаних, відповідно, 62,20 % та 54,88 %, вважають застосування змагального методу «дуже ефективним» на етапах ПдВД та МРІМ. Також помітні дві значні частки групи опитаних, серед яких 37,80 % наголошують на «малоефективності» такого методу підготовки, а 29,27 % вважають його «дуже ефективним» методом на останніх етапах підготовки (ЗіЗ).

Потреба у використанні методів інформаційного пошуку зростає з кожним наступним етапом підготовки. Так, якщо 40,24 % опитаних вважають застосування таких методів на етапі ПП «не ефективними», 33,33 % – «малоефективними», а на етапі ПБП 50,0 % – «малоефективними» і 24,39 % – «ефективними», то відсоткова частка тренерів, які вважають такі методи «ефективними» на етапі СБП зростає до 54,88 %, а частка опитаних, які оцінюють їх як «дуже ефективні», складає 29,27 %. У той же час, процент у використанні методів інформаційного пошуку під час теоретичної підготовки спортсменів на етапах ПдВД, МЗІМ та ЗіЗ намагаються відповідно, 51,22 %, 67,07 % та 57,32 % опитаних, вважаючи їх як «дуже ефективні».

Схожа тенденція спостерігається і щодо застосування інтерактивних методів («мозковий штурм», метод проблемної ситуації, метод проєктів, «коло ідей», «мікро-створення» та методу самоосвіти, за допомогою яких вирішується завдання) теоретичних знань спортсменам.

Отже, якщо більшість фахівців (41,46 %) вважають інтерактивні методи «малоефективними» на етапі ПП, та (42,68 %) «малоефективними» на етапі ПБП, то найбільші відсоткові частки спільних думок фахівців-практиків (43,90 % та 54,88 % відповідно) підтверджують їхню «ефективність» на етапах СБП та ПдВД. А от стосовно наступних етапів багаторічного вдосконалення спортсменів, яким відповідають

етапи МРІМ та ЗіЗ, більшість опитаних, тобто 54,88 % та 53,66 %, оцінили застосування інтерактивних методів як «дуже ефективне».

Такий метод теоретичної підготовки спортсменів, як самоосвіта, 60,98 % опитаних вважають «не ефективним» на етапі ПП. Але вже відносно наступного етапу багаторічного спортивного вдосконалення (ПБП), то кількість фахівців-практиків, які розділяють таку думку, зменшується до 25,61 %.

Натомість 47,56 % опитаних вважають застосування такого методу «малоефективним». Переважна більшість опитаних, які склали 51,22 %, оцінили самоосвіту як «ефективний» метод підготовки на етапі СБП. А щодо етапів ПдВД, МРІМ та ЗіЗ, більшість респондентів, що склали 52,44 %, 75,61% та 70,73%, позначили застосування цього методу підготовки «дуже ефективним».

Отже, в результаті з'ясування спільних думок фахівців, які здійснюють практичну тренерську діяльність, щодо ефективності методів теоретичної підготовки встановлено, що на початкових етапах підготовки пріоритетними методами є вербальні, наочні та ігровий, натомість потреба в застосуванні методів інформаційного пошуку, інтерактивних методів та самоосвіти поступово зростає з підвищенням спортивної майстерності спортсменів. Застосування змагальних форм організації процесу підвищення теоретичних знань спортсменів, на думку тренерів-викладачів, є ефективним на усіх етапах підготовки, крім двох останніх.

Перевірка отриманих даних на нормальність розподілу за допомогою критерія узгодженості χ^2 Пірсона за питанням про те, які з методів теоретичної підготовки були б найефективнішими у підготовці спортсменів, дозволила встановити, що рівень надійності коливається від $p=0,13$ ($p < 0,05$) до $p=1,18 \cdot 10^{-29}$ ($p < 0,05$).

Так само встановлено думки тренерів-викладачів і стосовно значущості на різних етапах підготовки спортсменів узагальнених розподілів теоретичної підготовки.

Отже, як видно з Рисунку 3.49, думки респондентів щодо висвітлення на етапі ПП розділу теоретичної підготовки «Історія вашого виду спорту» розділилися на три значні відсоткові частки, з яких 23,17 % вважають цей розділ «скоріше важливим, ніж не важливим», 36,59 % – «важливим» та 26,83 % – «дуже важливим». Відносно етапу ПБП виокремлюється найбільша відсоткова частка спільних думок опитаних, а саме 52,44 %, які наполягають на «важливості» розділу. Стосовно етапу СБП, тут спостерігається розподіл думок серед тих, хто вважає вищезазначений

важливим» (36,59 %) та «скоріше важливим, ніж не важливим» 26,83%.

На подальших етапах підготовки потреба у знаннях з історії обраного виду спорту, за результатами опитування фахівців-практиків, знижується. Так, більшість опитаних, що становить 45,12 %, вважає цей розділ «скоріше важливим, ніж не важливим» на етапі ПдВД, а 45,12 % та 53,66 % оцінили його як «важливий» на етапах, відповідно, МРІМ та ЗіЗ.

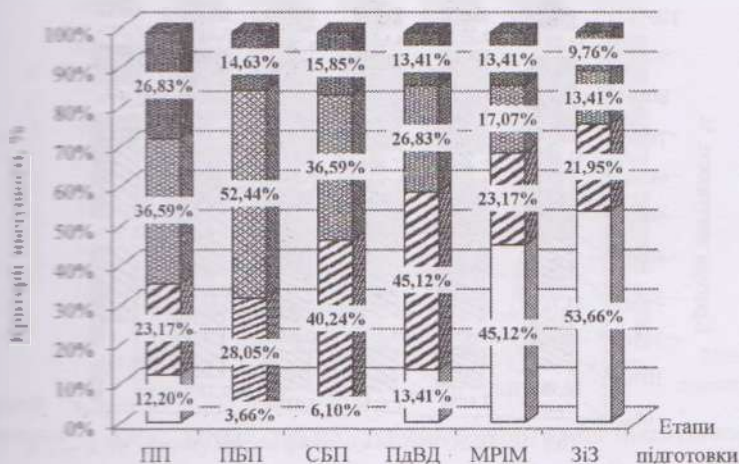


Рис. 3.49. Значущість розділу «Історія вашого виду спорту» (на матеріалі опитування тренерів-викладачів, $n=82$):

важливий розділ; скоріше важливий, ніж не важливий; важливий; дуже важливий.

етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень.

Щодо відношення ставлення фахівців до передачі гуманітарних та спеціалізованих знань спортсменам протягом перших чотирьох етапів процесу багаторічного вдосконалення виявлено дві значні відсоткові частки «важливий» думок опитаних, більша з яких відповідає оцінці «важливий», а менша – «важливий, ніж не важливий».

Так, для етапу ПП ці частки становлять, відповідно, 41,46 % та 26,83 %, для етапу ПБП – 52,44 % та 30,49 %; для етапу СБП – 47,56 % та

35,37 %; для етапу ПдВД – 46,34 % та 32,93 %. На противагу цьому, у ході наступних етапів багаторічної підготовки, більшість фахівців віддає перевагу оцінці «скоріше важливі, ніж не важливі», а дещо менша відсоткова частка оцінює такі знання як «важливі», що для етапу МРІМ становить, відповідно, 42,68 % та 35,37 %, а для етапів ЗіЗ – 43,90 % та 21,95 % (Рис. 3.50).

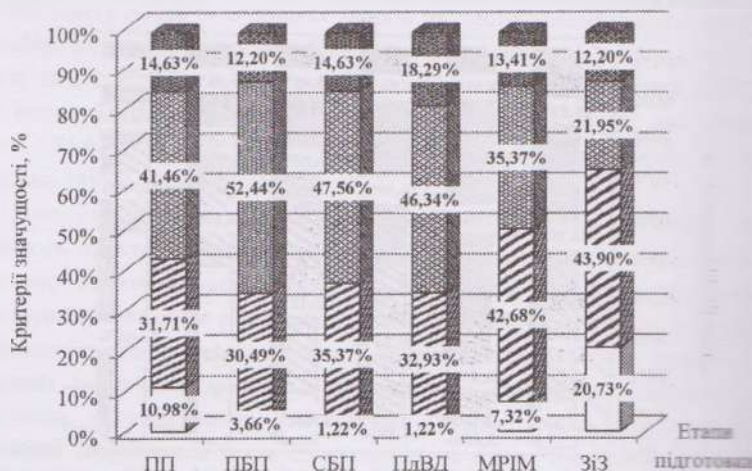


Рис. 3.50. Значущість розділу «Гуманітарні та соціалізаційні знання у підготовці спортсменів» (на матеріалі опитування тренерів-викладачів, n=82):

- не важливий розділ;
 - скоріше важливий, ніж не важливий;
 - важливий;
 - дуже важливий.

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень.

Щодо оцінки розділу «Зміст спортивної підготовки», то більшість респондентів розділилися на дві значні рівноцінні частки відносно різних етапів. Зокрема, по 35,37 % оцінюють його як «важливий» та «скоріше важливий, ніж не важливий» для етапу ПП. На наступних етапах підготовки значущість цього розділу зростає. На етапі МРІМ більшість опитаних. Так, як «важливий» його оцінюють для етапу ПБП.

СБП (51,22 %) та як «дуже важливий» для етапів ПдВД (52,44 %) та МРІМ (51,22 %). Водночас, фахівці-практики висувають припущення про зменшення важливості таких знань на останніх етапах підготовки. Зокрема їх вважає 41,46% опитаних, а «дуже важливими» – 35,37 % (рис. 3.51).

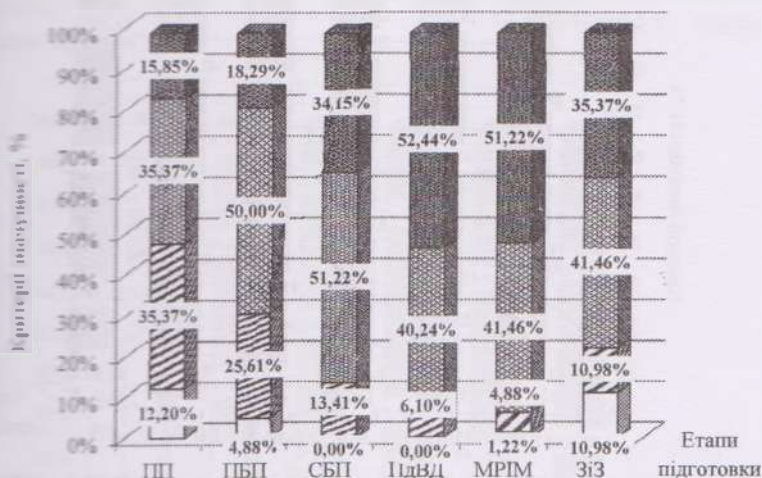


Рис. 3.51. Значущість розділу «Зміст спортивної підготовки» (на основі опитування тренерів-викладачів, $n=82$):

□ - не важливий розділ; ▨ - скоріше важливий, ніж не важливий;
▩ - важливий; ■ - дуже важливий.

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень.

Інформацію щодо загальних основ підготовки спортсменів більшість респондентів сприйняли як «скоріше важливу, ніж не важливу» на етапі ПП. Водночас більшість респондентів (46,34 % та 53,66 %) вважають її «важливою» на етапах, відповідно, ПБП та СБП. На етапі ПдВД потреба у загальних основах підготовки спортсменів досягає свого мінімального рівня, про що свідчать результати опитування тренерів-викладачів. Так 41,46 % опитаних вважають їх «важливими», 51,22 % – «дуже важливими» на цьому етапі підготовки. На подальших етапах

потреба в таких знаннях дещо знижується, і 46,34 % та 37,80 % опитаних оцінюють їх як «важливі», а 42,68 % та 24,39 % – як «дуже важливі» на етапах МРІМ та ЗіЗ відповідно (Рис. 3.52).

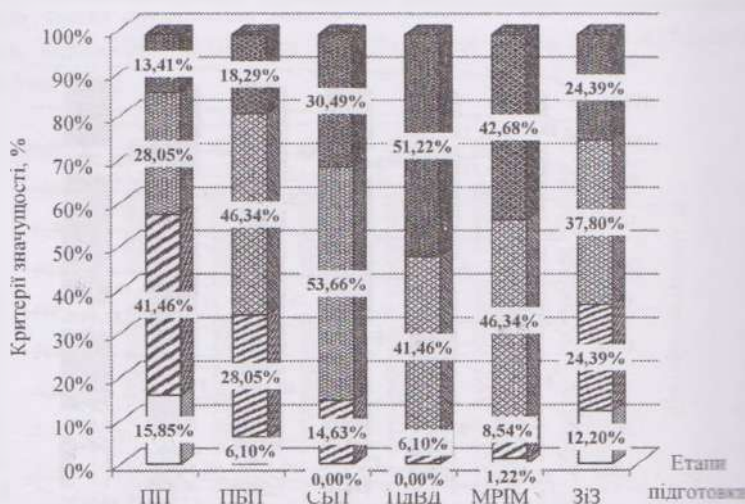


Рис. 3.52. Значущість розділу «Загальні основи підготовки спортсменів» (на матеріалі опитування тренерів-викладачів, $n=82$):

□ - не важливий розділ; ▨ - скоріше важливий, ніж не важливий;
 ● - важливий; ▩ - дуже важливий.

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень.

Потреба у передачі знань із розділу «Планування підготовки спортсменів», на переконання більшості тренерів-викладачів, виникає починаючи з другого етапу підготовки. Так, відсоткова частка опитаних, які оцінюють таку інформацію як «важливу», на етапі ПБП становить 46,34 %, на етапі СБП – 41,46 %, на етапі ПдВД – 53,66 %. Водночас найбільш ефективною така інформація розглядають на останніх етапах підготовки. Так, 71,95 % опитаних вважають її «дуже важливою» на етапі МРІМ, а 65,85 % – на етапах ЗіЗ (Рис. 3.53).

Потреба у знаннях зі змагальної діяльності зростає з кожним наступним етапом підготовки. Так, більшість респондентів, що становить 65,84 %, вважають передачу такої інформації «скоріше важливою, ніж не важливою», а 31,71 % – «важливою» на етапі ПП. У той же час, 50,0 % опитаних указують на «важливість» застосування такої інформації в теоретичній підготовці спортсменів, а 23,17 % вважають її «дуже важливою» на етапі ПБП.

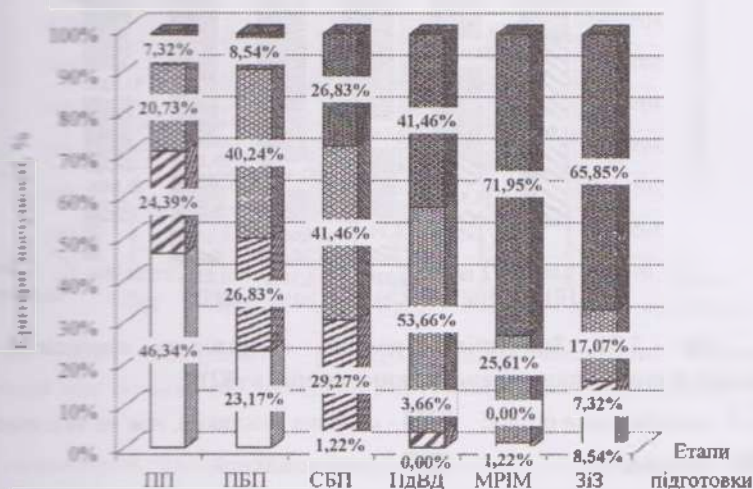


Рис. 3.53. Значущість розділу «Планування підготовки спортсменів» (за матеріалі опитування тренерів-викладачів, n=82):

□ - не важливий розділ; ▨ - скоріше важливий, ніж не важливий;
 ▩ - важливий; ■ - дуже важливий.

■ - етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей; ЗІЗ – етапи збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень.

У свою чергу, відносно етапу СБП ці відсоткові частки становлять, відповідно, 47,56 % та 43,90 %, а для етапу ПдВД – 32,93 % та 60,98 %. У подальшому пріоритетність цього розділу поступово знижується. Так, 35,27 % опитаних вважають його «важливим», а 56,10 % – «дуже важливим» у підвищенні теоретичної підготовленості спортсменів на етапі

МРІМ. Водночас на етапах ЗіЗ ці частки становлять, відповідно, 32,93 % та 39,02 % (Рис. 3.54).

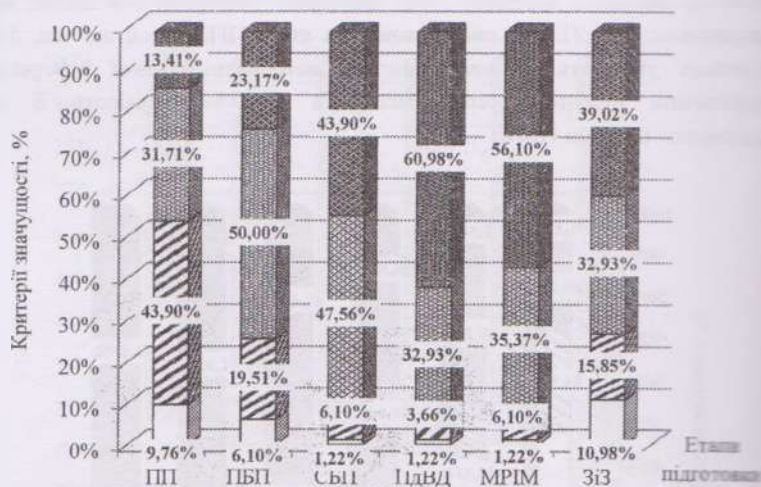


Рис. 3.54. Значущість розділу «Змагальна діяльність» матеріалі опитування тренерів-викладачів, $n=82$):

- не важливий розділ;
 - скоріше важливий, ніж не важливий;
 - важливий;
 - дуже важливий.

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПідВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень.

Узагальнення результатів опитування за розділом «Медико-біологічні основи спортивної підготовки» показало, що потреба в таких знаннях зростає від етапу ПП до етапу МРІМ та дещо знижується на останніх етапах підготовки (ЗіЗ). Так, для етапу ПП спостерігається відсутність узгодженості думок опитаних.

Водночас більшість опитаних, яка становила 41,46 %, вказали, що така інформація є «важливою» у теоретичній підготовці спортсменів на етапі ПБП, а стосовно етапів СБП, ПідВД та МРІМ, відповідно, 42,54 %, 68,29 % та 73,17 % оцінили її як «дуже важливу». Крім того, виокремлюються дві значні відсоткові частки спільних думок фахівців.

...серед яких 36,59 % оцінюють інформацію цього розділу як «важливу», а 48,78 % як «дуже важливу» на етапах ЗіЗ (Рис. 3.55).

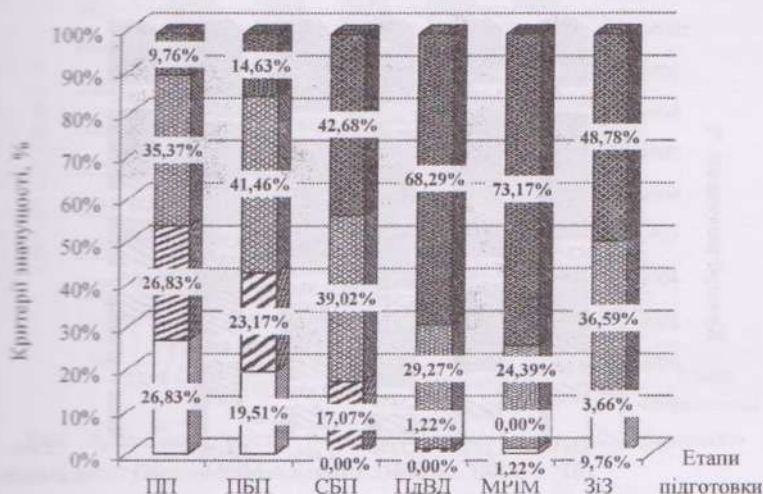


Рис. 3.55. Значущість розділу «Медико-біологічні основи спортивної підготовки» (на матеріалі опитування тренерів-викладачів, тренерів).

□ - не важливий розділ; ▨ - скоріше важливий, ніж не важливий;
 ▩ - важливий; ■ - дуже важливий.

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації спортивних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної діяльності та поступового зростання досягнень.

...збільшивши міркування практиків стосовно значення розділу «Матеріально-технічне забезпечення», встановлено, що формувалися дві значні відсоткові частки спільних думок щодо відображення цього розділу підготовки в процесі багаторічного спортивного вдосконалення. Отже, відсоткові частки респондентів, які оцінили цей розділ як «важливий», становлять: 40,24 % (ПП), 51,22 % (ПБП), 46,34 % (СБП), 32,93 % (ПдВД), 24,39 % (МРІМ), 18,29 (ЗіЗ), а частки респондентів, які оцінили зазначений розділ як «дуже важливий», становлять 34,15 % (ПП), 32,93 % (ПБП), 42,68 % (СБП), 46,34 % (ПдВД), 48,78 % (МРІМ), 48,78 % (ЗіЗ).

39,02 % (МРІМ), 32,93 (ЗіЗ). Водночас слід зазначити, що на останніх етапах підготовки значення даного розділу дещо знижується (Рис. 3.56).

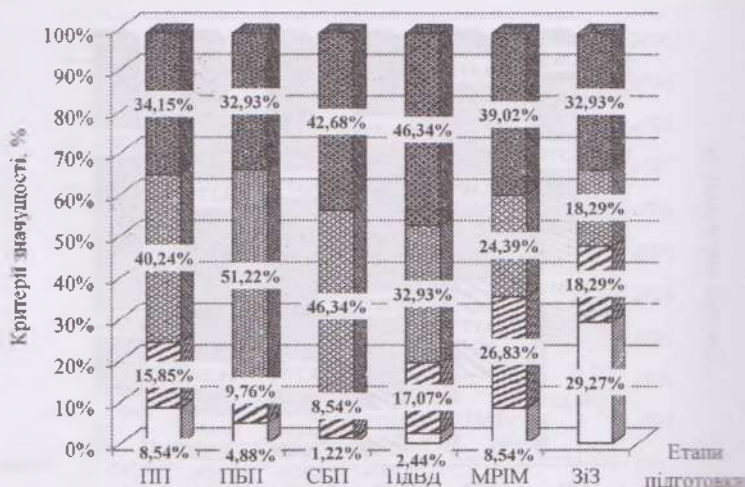


Рис. 3.56. Значущість розділу «Матеріально-технічне забезпечення» (на матеріалі опитування тренерів-викладачів, $n=82$):

□ - не важливий розділ; ▨ - скоріше важливий, ніж не важливий;
 ■ - важливий; ▩ - дуже важливий.

ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень.

Розділ «Правила техніки безпеки» на перших трьох етапах підготовки має надзвичайно важливе значення. Так, 80,49 % опитаних оцінили його як «дуже важливий» на етапі ПП, 78,05 % – на етапі ПБП, 57,32 % – на етапі СБП. Починаючи з етапу ПдВД, його значення поступово знижується. Отже, 46,34 % та 45,12 % респондентів уважали такі знання «важливими», відповідно, на етапах ПдВД і МРІМ, а 37,10 % та 30,49 % – «дуже важливими». Крім того, більшість опитаних (37,10 % та 30,49 %) вважають цей розділ «скоріше важливим, ніж не важливим» і дещо менші відсоткові частки опитаних (25,61 % та 23,17 %) вказують, що він, відповідно, є «важливим» та «дуже важливим» на останніх етапах підготовки (Рис. 3.57).

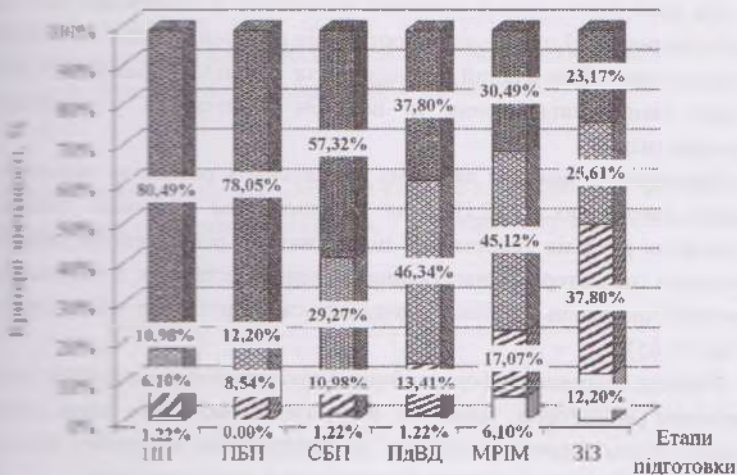


Рис. 3.57. Значущість розділу «Правила техніки безпеки» (на матеріалі опитування тренерів-викладачів, n=82):

□ – не важливий розділ; ▨ – скоріше важливий, ніж не важливий;
▨ – важливий; ■ – дуже важливий.

ІІІ – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей; ЗіЗ – етапи збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень.

Отже, встановлено, що в ході здійснення теоретичної підготовки спортсменів, значущість таких розділів теоретичної підготовки, як «Історія розвитку спорту», «Гуманітарні та соціалізувальні знання у підготовці спортсменів», «Матеріально-технічне забезпечення», «Правила техніки безпеки» є високою в першій стадії процесу багаторічного вдосконалення спортсменів. Разом із тим, на думку опитаних, під час підготовки у другій стадії процесу багаторічного вдосконалення потреба у таких знаннях зменшується.

На противагу цьому, пріоритетність розділів «Зміст спортивної майстерності», «Загальні основи підготовки спортсменів», «Планування тренувальних занять спортсменів», «Змагальна діяльність», «Медико-біологічні основи спортивної підготовки» зростає поступово від початкових етапів підготовки до етапу МРІМ, на якому досягає свого максимального рівня значущості, і дещо знижується на етапах ЗіЗ.

На нашу думку, такий розподіл пріоритетів в оцінюванні значущості розділів теоретичної підготовки спортсменів на різних етапах багаторічного вдосконалення обумовлений знаннями та досвідом фахівців-практиків стосовно рівня усвідомлення та потреби спортсменів у використанні отриманих знань.

Перевірка отриманих даних на нормальність розподілу за допомогою критерія узгодженості χ^2 Пірсона за питанням стосовно значущості узагальнених розділів теоретичної підготовки на різних етапах підготовки спортсменів (на матеріалі опитування тренерів-викладачів, $n=82$) дозволяє встановити, що рівень надійності коливається від $p=0,13$ ($p < 0,05$) до $p=1,1 \cdot 10^{-29}$ ($p < 0,05$).

Розгляд окремих інформаційних блоків вищепредставлених розділів теоретичної підготовки дозволив встановити, які саме теми тренерів-викладачів рекомендують включити до програмного матеріалу підготовки спортсменів на кожному з етапів багаторічного вдосконалення.

Встановлено, що в межах розділу «Історія вашого виду спорту» більшість опитаних фахівців-практиків такі теми, як «Історичні аспекти виникнення та розвитку виду спорту в Україні та світі» та «Ваш вид спорту на Іграх Олімпіад» відзначили «важливими» лише на ранніх етапах багаторічного спортивного вдосконалення (ПП та ПБП) (Табл.3.3).

Таблиця 3.3

Значущість тем за розділом «Історія вашого виду спорту» (на матеріалі опитування тренерів-викладачів, у відсотковому співвідношенні)

№ з/п	Етапи багаторічної підготовки											
	ПП				ПБП				СБП			
	а	б	в	г	а	б	в	г	а	б	в	г
1	12,2	20,7	51,2	15,8	3,6	30,4	58,5	7,3	2,4	59,7	28,0	9,7
2	7,3	20,7	52,4	19,5	2,4	24,3	58,5	14,6	0,0	41,4	42,6	15,6
3	6,1	15,8	46,3	31,7	2,4	18,2	47,5	31,7	0,0	28,0	36,5	35,5
4	8,5	17,0	58,5	15,8	3,6	18,2	59,7	18,2	0,0	31,7	45,1	23,2

Примітки: а – не важлива, б – скоріше важлива, ніж не важлива, в – важлива, г – дуже важлива тема. 1 – Історичні аспекти виникнення та розвитку виду спорту в Україні та світі; 2 – Ваш вид спорту на Іграх Олімпіад; 3 – Виступи українських спортсменів з вашого виду спорту на Іграх Олімпіад; 4 – Видатні спортсмени та тренери з вашого виду спорту.

Варто зауважити, що інформація за темами «Виступи українських спортсменів з вашого виду спорту на Іграх Олімпіад» та «Видатні спортсмени та тренери з вашого виду спорту» залишається затребуваною на всіх етапах багаторічного спортивного вдосконалення, крім етапів ЗіЗ (Табл.3.4).

Таблиця 3.4

Значущість тем за розділом «Історія вашого виду спорту» (на матеріалі опитування тренерів-викладачів, у відсотковому співвідношенні)

№ тем	Етапи багаторічної підготовки											
	ПІВД				МРІМ				ЗіЗ			
	а	б	в	г	а	б	в	г	а	б	в	г
1	22,4	34,3	24,3	7,3	46,3	29,2	17,0	7,3	56,1	24,3	10,9	8,5
2	7,3	48,7	21,9	21,9	31,7	30,4	15,8	21,9	46,3	21,9	13,4	18,2
3	36	35,3	23,1	37,8	19,5	24,3	24,3	31,7	30,4	24,3	19,5	25,6
4	36	37,4	31,7	26,8	19,5	28,0	30,4	21,9	28,0	26,8	26,8	18,2

Примітка: а – не важлива, б – скоріше важлива, ніж не важлива, в – важлива, г – дуже важлива тема. 1 – Історичні аспекти виникнення та розвитку виду спорту в Україні та світі; 2 – Ваш вид спорту на Іграх Олімпіад; 3 – Виступи українських спортсменів з вашого виду спорту на Іграх Олімпіад; 4 – Видатні спортсмени та тренери з вашого виду спорту.

За розділом «Гуманітарні та соціалізувальні знання в підготовці спортсменів» помітна диференціація змісту теоретичної підготовки на різних етапах багаторічного спортивного вдосконалення. Так, більшість тренерів-викладачів рекомендують упроваджувати такі теми, як «Фізична культура та спорт в Україні та світі» та «Стан і розвиток виду спорту в Україні та світі» на перших трьох етапах підготовки спортсменів (ПП, ПБП, СБП) (Табл.3.5).

Таблиця 3.5

Значущість тем за розділом «Гуманітарні та соціалізувальні знання у підготовці спортсменів» (на матеріалі опитування тренерів-викладачів, у відсотковому співвідношенні)

№ тем	Етапи багаторічної підготовки											
	ПП				ПБП				СБП			
	а	б	в	г	а	б	в	г	а	б	в	г
1	17,0	15,8	52,4	14,6	10,9	24,3	50,0	14,6	2,4	37,8	48,7	10,9

2	15,8	42,6	32,9	8,5	9,7	32,9	46,3	10,9	1,2	37,8	42,6	18,2
3	51,2	26,8	15,8	6,1	23,1	41,4	25,6	9,7	7,3	37,8	41,4	15,4
4	13,4	31,7	42,6	12,2	8,5	21,9	58,5	10,9	3,6	13,4	64,6	18,2
5	13,4	36,5	43,9	6,1	8,5	30,4	53,6	7,3	3,6	21,9	64,6	9,7
6	28,0	50,0	17,0	4,8	20,7	47,5	24,3	7,3	13,4	46,3	34,1	6,1
7	35,3	53,6	7,3	3,6	19,5	45,1	26,8	8,5	9,7	32,9	46,3	18,2

Примітки: а – не важлива, б – скоріше важлива, ніж не важлива, в – важлива, г – дуже важлива тема. 1 – Фізична культура та спорт в Україні та світі; 2 – Стан і розвиток виду спорту в Україні та світі; 3 – Основні проблеми розвитку виду спорту в Україні та світі на сучасному етапі; 4 – Спортивна термінологія; 5 – Олімпійська освіта; 6 – Адаптивний спорт; 7 – Діяльність МОК, НОК, національних та міжнародних спортивних федерацій.

Водночас, значущість тем «Основні проблеми розвитку виду спорту в Україні та світі на сучасному етапі» та «Діяльність МОК, НОК, національних та міжнародних спортивних федерацій» поступово зростає, починаючи з етапу СБП, та дещо знижується на двох останніх етапах підготовки (ЗІЗ). Потреба у знаннях за темами «Спортивна термінологія» та «Олімпійська освіта» залишається на високому рівні під час підготовки в першій стадії процесу багаторічного вдосконалення та значно знижується на трьох останніх етапах підготовки.

Тему «Адаптивний спорт» більшість опитаних оцінюють як «скоріше важливу, ніж не важливу» протягом усіх етапів підготовки. Лише для етапу СБП 34,15 % опитаних оцінюють цю тему як «важливу» і 6,10% – як «дуже важливу» (див. Табл. 3.5 та Табл. 3.6).

Таблиця 3.6

Значущість тем за розділом «Гуманітарні та соціалізувальні знання у підготовці спортсменів» (на матеріалі опитування тренерів-викладачів, у відсотковому співвідношенні)

№ з/п	Етапи багаторічної підготовки											
	ПдВД				МРІМ				ЗІЗ			
	а	б	в	г	а	б	в	г	а	б	в	г
1	3,6	41,4	41,4	13,4	31,7	26,8	31,7	9,7	39,0	28,0	21,9	10,9
2	2,4	40,2	34,1	23,1	21,9	20,7	39,0	18,2	32,9	19,5	34,1	13,4
3	3,6	26,8	47,5	21,9	3,6	30,4	41,4	24,3	15,8	32,9	30,4	20,7

1-4	5,1	57,5	21,9	3,6	32,9	43,9	19,5	18,2	36,5	29,2	15,8
1-5	38,7	56,0	14,6	3,6	51,2	28,0	17,0	19,5	50,0	15,8	14,6
1-6	34,0	25,6	9,7	9,7	62,2	18,2	9,7	17,0	54,8	17,0	10,9
1-7	29,3	57,3	10,9	4,8	26,8	54,88	13,4	15,8	37,8	35,3	10,9

Значення: а – не важлива, б – скоріше важлива, ніж не важлива, в – важлива; 1 – друга важлива тема. 1- Фізична культура та спорт в Україні та світі; 2 – Основи і розвиток виду спорту в Україні та світі; 3 – Основні особливості розвитку виду спорту в Україні та світі на сучасному етапі; 4 – Основи методології; 5 – Олімпійська освіта; 6 – Адаптивний спорт; 7 – Знання МОК, НОК, національних та міжнародних спортивних федерацій.

Таблиця, затребуваною на всіх етапах підготовки в розділі «Зміст спортивної підготовки» є тема «Формування знань про техніку виду спорту» при що слідчать дані Таблиці 3.7 та Таблиці 3.8.

Таблиця 3.7

Важливість тем за розділом «Зміст спортивної підготовки»
(за матеріалі опитування тренерів-викладачів,
у відсотковому співвідношенні)

№	Етапи багаторічної підготовки											
	ІІІ				ІІБП				СБП			
	а	б	в	г	а	б	в	г	а	б	в	г
1	4,9	33,4	39,0	42,6	0,0	7,3	39,0	53,6	0,0	2,4	28,0	69,5
2	28,0	41,4	25,1	8,5	12,2	28,0	46,3	13,4	0,0	7,5	37,8	54,8
3	10,9	41,2	37,8	10,9	2,4	15,8	60,9	20,7	0,0	7,3	28,0	64,6
4	26,2	42,6	18,2	2,4	13,4	41,4	41,4	3,6	1,2	23,1	51,2	24,3
5	29,3	34,3	19,5	7,3	9,7	43,9	30,4	15,8	1,2	12,2	46,3	40,2

Значення: а – не важлива, б – скоріше важлива, ніж не важлива, в – важлива; 1 – друга важлива тема. 1- Формування знань про техніку виду спорту; 2 – Формування знань про тактику виду спорту; 3 – Формування знань про особливості фізичної підготовки спортсменів; 4 – Знання з методології підготовки; 5 – Знання з психологічної підготовки.

Значення тем «Формування знань про тактику виду спорту», «Формування знань про особливості фізичної підготовки спортсменів», «Знання з методології підготовки» та «Знання з психологічної підготовки»

зростає, починаючи з етапу ПБП, та досягає свого максимального рівня значущості на етапах ПдВД та МРІМ (див. Табл. 3.7 та Табл. 3.8).

Таблиця 3.8

**Значущість тем за розділом «Зміст спортивної підготовки»
(на матеріалі опитування тренерів-викладачів,
у відсотковому співвідношенні)**

№ з/п	Етапи багаторічної підготовки											
	ПдВД				МРІМ				ЗІЗ			
	а	б	в	г	а	б	в	г	а	б	в	г
1	0,0	2,4	37,8	59,7	0,0	7,3	48,7	43,9	10,9	21,9	35,3	31,7
2	0,0	2,4	30,4	67,0	0,0	6,1	19,5	74,3	12,2	14,6	26,8	46,3
3	0,0	0,0	23,1	76,8	1,2	0,0	29,2	69,5	10,9	9,7	37,8	41,4
4	0,0	4,8	48,7	46,3	0,0	3,6	34,1	62,2	7,3	6,1	36,5	50,1
5	1,2	2,4	30,4	65,8	0,0	1,2	13,4	85,3	7,3	2,4	10,9	79,2

Примітки: а – не важлива, б – скоріше важлива, ніж не важлива, в – важлива, г – дуже важлива тема. 1 – Формування знань про техніку виду спорту; 2 – Формування знань про тактику виду спорту; 3 – Формування знань про особливості фізичної підготовки спортсменів; 4 – Знання з інтегральної підготовки; 5 – Знання з психологічної підготовки.

Шляхом опитування визначено, що такі теми розділу «Загальні основи підготовки спортсменів», як «Навантаження та його вплив на організм спортсменів», «Основи адаптації до фізичних навантажень та умов зовнішнього середовища», «Втома та відновлення» більшість опитаних фахівців-практиків радять уводити в теоретичну підготовку спортсменів, починаючи з етапу ПБП (Табл. 3.9).

Таблиця 3.9

**Значущість тем за розділом «Загальні основи підготовки спортсменів»
(на матеріалі опитування тренерів-викладачів,
у відсотковому співвідношенні)**

№ з/п	Етапи багаторічної підготовки											
	ГП				ПБП				СБП			
	а	б	в	г	а	б	в	г	а	б	в	г
1	13,4	45,1	29,2	12,2	1,2	34,1	42,6	21,9	0,0	7,3	34,1	58,5
2	18,2	54,8	18,2	8,5	2,4	31,7	52,4	13,4	1,2	10,9	34,1	53,6
3	48,7	34,1	14,6	2,4	13,4	51,2	29,2	6,1	2,4	25,6	36,5	35,3

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Примітка: а – не важлива, б – скоріше важлива, ніж не важлива, в – середня, г – дуже важлива тема. 1 – Навантаження та його вплив на спортсменів; 2 – Основи адаптації до фізичних навантажень та середовища; 3 – Енергозабезпечення м'язової діяльності; 4 – Зовнішні фактори відновлення; 5 – Засоби, методи та принципи спортивної підготовки; 6 – Формування функціональних систем.

Висновки теми «Енергозабезпечення м'язової діяльності», «Засоби, методи та принципи спортивної підготовки» та «Формування функціональних систем» – з етапу СБП. Виражену перевагу усі зазначені теми мають на етапах ПдВД та МРІМ (Табл.3.10).

Таблиця 3.10

Важкість тем за розділом «Загальні основи підготовки спортсменів» (за матеріалі опитування тренерів-викладачів, у відсотковому співвідношенні)

Етапи багаторічної підготовки											
ПдВД				МРІМ				ЗіЗ			
а	б	в	г	а	б	в	г	а	б	в	г
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

Примітка: а – не важлива, б – скоріше важлива, ніж не важлива, в – середня, г – дуже важлива тема. 1 – Навантаження та його вплив на спортсменів; 2 – Основи адаптації до фізичних навантажень та середовища; 3 – Енергозабезпечення м'язової діяльності; 4 – Зовнішні фактори відновлення; 5 – Засоби, методи та принципи спортивної підготовки; 6 – Формування функціональних систем.

Розділ «Планування підготовки спортсменів» представлений вісьмома темами, а саме: «Періодизація підготовки спортсменів», «Особливості підготовки спортсменів у вашому виді спорту», «Особливості побудови

програм мікро- та мезоциклів», «Побудова програм тренувальних занять», «Відбір та орієнтація в системі багаторічної підготовки», «Моделювання в спорті», «Прогнозування в спорті» та «Ведення спортивного щоденника» (Табл. 3.11).

Таблиця 3.11

**Значущість тем за розділом «Планування підготовки спортсменів»
(на матеріалі опитування тренерів-викладачів,
у відсотковому співвідношенні)**

№ з/п	Етапи багаторічної підготовки											
	ПП				ЛБП				СБП			
	а	б	в	г	а	б	в	г	а	б	в	г
1	56,1	29,2	8,5	6,1	21,9	41,4	25,6	10,9	0,0	32,9	42,6	24,5
2	59,7	23,1	12,2	4,8	23,1	45,1	24,3	7,3	0,0	31,7	47,5	20,7
3	60,9	24,3	7,3	7,3	30,4	40,2	18,2	10,9	1,2	36,5	43,9	18,2
4	54,8	20,7	15,8	8,5	25,6	40,2	19,5	14,6	1,2	30,4	41,4	26,8
5	45,1	26,8	14,6	13,4	21,9	39,0	24,3	14,6	4,8	30,4	46,3	18,2
6	57,3	26,8	10,9	4,8	34,1	43,9	15,8	6,1	7,3	36,5	40,2	15,8
7	54,8	31,7	12,2	1,2	30,4	45,1	21,9	2,4	7,3	34,1	43,9	14,6
8	39,0	37,8	15,8	7,3	9,7	50,0	28,0	12,2	1,2	12,2	42,6	43,9

Примітки: а – не важлива, б – скоріше важлива, ніж не важлива, в – важлива, г – дуже важлива тема. 1 – Періодизація підготовки спортсменів; 2 – Особливості побудови річної підготовки у вашому виді спорту; 3 – Особливості побудови програм мікро- та мезоциклів; 4 – Побудова програм тренувальних занять; 5 – Відбір та орієнтація в системі багаторічної підготовки; 6 – Моделювання в спорті; 7 – Прогнозування в спорті; 8 – Ведення спортивного щоденника.

Такі теми, на думку більшості опитаних, набувають актуальності починаючи з етапу СБП, проте, як видно з Таблиці 3.12, найбільша потреба у їх вивченні виникає на трьох останніх етапах підготовки (МРІМ та ЗіЗ).

Таблиця 3.12

**Значущість тем за розділом «Планування підготовки спортсменів»
(на матеріалі опитування тренерів-викладачів,
у відсотковому співвідношенні)**

№ з/п	Етапи багаторічної підготовки											
	ПлВД				МРІМ				ЗіЗ			
	а	б	в	г	а	б	в	г	а	б	в	г
1	0,0	3,6	56,1	40,2	0,0	3,6	40,2	56,1	6,10	9,7	28,0	56,1

2	48	1,2	50,0	48,7	0,0	0,0	30,4	69,5	6,1	2,4	24,3	67,0
3	48	6,1	50,0	43,9	0,0	0,0	25,6	74,3	6,1	1,2	17,0	75,6
4	48	6,1	52,4	41,4	0,0	1,2	29,2	69,5	6,1	3,6	21,9	68,2
5	48	12,2	52,4	30,4	4,8	9,7	35,3	50,0	9,7	10,9	25,6	53,6
6	48	15,4	45,1	39,0	0,0	8,5	28,0	63,4	8,5	7,3	19,5	64,6
7	24	15,8	43,9	37,8	0,0	7,3	34,1	58,5	7,3	4,8	26,8	60,9
8	12	2,4	30,4	65,8	1,2	3,6	24,3	70,7	7,3	13,4	29,2	50,0

Тензорежими: а – не важлива, б – скоріше важлива, ніж не важлива, в – важлива, г – дуже важлива тема. 1 – Періодизація підготовки спортсмена; 2 – Особливості побудови річної підготовки у вашому виді спорту; 3 – Особливості побудови програм мікро- та мезоциклів; 4 – Побудова програм тренувальних занять; 5 – Вибір та орієнтація в основних багаторічній підготовки; 6 – Моделювання в спорті; 7 – Введення спортсмена в спорт; 8 – Ведення спортивного щоденника.

Тема «Види спортивних змагань» та «Структура змагальної діяльності», що відносяться до розділу «Змагальна діяльність», значні частки частки опитаних (37,80% та 35,37 % відповідно) пропонують для розширеного розгляду на етапі ППІ (Табл. 3.13).

Таблиця 3.13

Значущість тем за розділом «Змагальна діяльність» (на матеріалі опитування тренерів-викладачів, у відсотковому співвідношенні)

№	Етапи багаторічної підготовки											
	ППІ				ПБП				СБП			
	а	б	в	г	а	б	в	г	а	б	в	г
1	35,4	45,1	37,8	3,6	0,0	36,5	56,1	7,3	0,0	12,2	56,1	31,7
2	30,7	47,5	28,0	3,6	3,6	32,9	53,6	9,7	0,0	13,4	52,4	34,1
3	29,2	32,9	35,3	2,4	12,2	36,5	42,6	8,5	1,2	9,7	62,2	26,8
4	30,7	40,2	34,1	4,8	4,8	26,8	58,5	9,7	2,4	6,1	52,4	39,0
5	30,0	30,0	8,5	2,4	14,6	40,2	40,2	4,8	2,4	18,2	42,6	36,5
6	30,7	30,4	4,8	4,8	29,2	51,2	12,2	7,3	3,6	32,9	37,8	25,6

Примітки: а – не важлива, б – скоріше важлива, ніж не важлива, в – важлива, г – дуже важлива тема. 1 – Види спортивних змагань; 2 – Умови змагань, що впливають на змагальну діяльність спортсменів; 3 – Структура змагальної діяльності; 4 – Правила та суддіство спортивних змагань; 5 – Світова спортивна класифікація України, спортивні розряди та звання; 6 – Основні документи з виду спорту.

Водночас починаючи з етапу ЛБП, зростає потреба у знаннях із тем «Умови змагань, які впливають на змагальну діяльність спортсменів», «Правила та суддівство спортивних змагань» та «Єдина спортивна класифікація України, спортивні розряди та звання», які досягають свого найвищого рівня значущості на етапі ПдВД. А от знання про «Основні документи з виду спорту» набувають актуальності, починаючи з етапу СБП та найбільш затребуваними є на етапах МРІМ та ЗіЗ (див. Табл. 3.13 та 3.14).

Таблиця 3.14

**Значущість тем за розділом «Змагальна діяльність»
(на матеріалі опитування тренерів-викладачів,
у відсотковому співвідношенні)**

№ з/п	Етапи багаторічної підготовки											
	ПдВД				МРІМ				ЗіЗ			
	а	б	в	г	а	б	в	г	а	б	в	г
1	1,2	19,5	32,9	46,3	2,4	30,4	29,2	37,8	15,8	41,4	14,6	28,0
2	1,2	9,7	34,1	54,8	3,6	17,0	34,1	45,1	10,9	30,4	26,8	31,7
3	0,0	18,2	35,3	46,3	6,1	19,5	36,5	37,8	17,0	23,1	37,8	21,9
4	0,0	6,1	30,4	63,4	0,0	6,1	30,4	63,4	7,3	10,9	21,9	59,7
5	2,4	13,4	46,3	37,8	4,8	10,9	43,9	40,2	15,8	10,9	31,7	41,4
6	1,2	21,9	37,8	39,0	0,0	12,2	34,1	53,6	10,9	7,3	25,6	56,1

Примітки: а – не важлива, б – скоріше важлива, ніж не важлива, в – важлива, г – дуже важлива тема. 1 – Види спортивних змагань; 2 – Умови змагань, які впливають на змагальну діяльність спортсменів; 3 – Структура змагальної діяльності; 4 – Правила та суддівство спортивних змагань; 5 – Єдина спортивна класифікація України, спортивні розряди та звання; 6 – Основні документи з виду спорту.

Розділ «Медико-біологічні основи спортивної підготовки» репрезентований сімома темами, п'ять із яких, на думку тренерів-викладачів, потрібно впровадити у теоретичну підготовку спортсменів на першому етапі підготовки (ПП). Це такі теми, як: «Медичний контроль та самоконтроль», «Гігієна, загартовування, режим», «Відомості про будову та функції організму людини», «Вплив фізичних вправ на організм спортсмена» та «Особливості харчування спортсменів» (Табл. 3.15).

Таблиця 3.15

Важливість тем за розділом «Медико-біологічні основи спортивної підготовки» (на матеріалі опитування тренерів-викладачів, у відсотковому співвідношенні)

№ тем	Етапи багаторічної підготовки											
	ПП				ПБП				СБП			
	а	б	в	г	а	б	в	г	а	б	в	г
1	4,7	32,9	40,2	17,0	2,4	19,5	50,0	28,0	0,0	6,1	34,1	59,7
2	10,2	45,1	28,0	8,5	4,8	30,4	54,8	9,7	0,0	6,1	42,6	51,2
3	4,9	15,8	46,3	37,8	0,0	8,5	58,5	32,9	0,0	13,4	47,5	39,0
4	10,2	31,7	6,1	2,4	25,6	50,0	20,7	3,6	7,3	18,2	52,4	21,9
5	10,9	34,1	42,6	12,2	7,3	26,8	50,0	15,8	0,0	29,2	42,6	28,0
6	3,9	32,9	48,7	14,6	0,0	23,1	56,1	20,7	0,0	21,9	40,2	37,8
7	4,5	20,7	46,3	24,3	3,6	12,2	42,6	41,4	0,0	6,1	28,0	65,8

Пояснення: а – не важлива, б – скоріше важлива, ніж не важлива, в – середня, г – дуже важлива тема. 1 – Медичний контроль та діагностика; 2 – Основні засоби відновлення; 3 – Гігієна, загартовування, сон; 4 – Медикаментозне забезпечення; 5 – Відомості про будову та функції організму людини; 6 – Вплив фізичних вправ на організм спортсмена; 7 – Особливості харчування спортсменів.

З темами «Основні засоби відновлення» та «Медикаментозне забезпечення» фахівці-практики рекомендують починати ознайомлювати спортсменів на етапах ПБП та СБП відповідно. Разом із тим, з точки зору практиків, немає потреби у вивченні таких тем, як «Гігієна, загартовування, сон» та «Відомості про будову та функції організму людини», починаючи з етапу ПдВД, а теми «Вплив фізичних вправ на організм спортсмена» – на останніх етапах підготовки (ЗіЗ) (Табл. 3.16).

Таблиця 3.16

Важливість тем за розділом «Медико-біологічні основи спортивної підготовки» (на матеріалі опитування тренерів-викладачів, у відсотковому співвідношенні)

№ тем	Етапи багаторічної підготовки											
	ПдВД				МРІМ				ЗіЗ			
	а	б	в	г	а	б	в	г	а	б	в	г
1	0,0	0,0	23,1	76,8	0,0	1,2	26,8	71,9	7,3	9,7	34,1	48,7
2	4,9	0,0	21,9	78,0	0,0	1,2	21,9	76,8	7,3	23,1	21,9	47,5
3	1,2	31,7	31,7	35,3	12,2	26,8	23,1	37,8	28,0	21,9	20,7	29,2

4	0,0	7,3	25,6	67,0	1,2	0,0	17,0	81,7	8,5	1,2	29,2	60,9
5	1,2	31,7	39,0	28,0	21,9	20,7	20,7	36,5	39,0	14,6	14,6	31,7
6	0,0	23,1	37,8	39,0	17,0	18,2	20,7	43,9	35,3	10,9	17,0	36,5
7	0,0	1,2	29,2	69,5	0,0	2,4	32,9	64,6	7,3	25,6	18,2	48,7

Примітки: а – не важлива, б – скоріше важлива, ніж не важлива, в – важлива, г – дуже важлива тема. 1 – Медичний контроль та самоконтроль; 2 – Основні засоби відновлення; 3 – Гігієна, загартовування режим; 4 – Медикаментозне забезпечення; 5 – Відомості про будову та функції організму людини; 6 – Вплив фізичних вправ на організм спортсмена; 7 – Особливості харчування спортсменів.

Як видно з Таблиці 3.17, розділ «Матеріально-технічне забезпечення» включає в себе чотири теми: «Загальна характеристика спортивних споруд та обладнання», «Спортивний інвентар. Правила збереження та експлуатації», «Вимоги до місць проведення занять та змагань» та «Екіпіровка спортсмена», які є особливо актуальними на перших трьох етапах підготовки (Табл. 3.17).

Таблиця 3.17

**Значущість тем за розділом «Матеріально-технічне забезпечення»
(на матеріалі опитування тренерів-викладачів,
у відсотковому співвідношенні)**

№ з/п	Етапи багаторічної підготовки											
	ПП				ПВП				СПБ			
	а	б	в	г	а	б	в	г	а	б	в	г
1	18,2	35,3	36,5	9,7	13,4	24,3	53,6	8,5	4,8	40,2	36,5	18,2
2	6,1	19,5	41,4	32,9	3,6	15,8	53,6	26,8	0,0	23,1	51,2	25,6
3	9,7	23,1	39,0	28,0	4,8	19,5	56,1	19,5	1,2	14,6	54,8	29,2
4	9,7	31,7	41,4	17,0	2,4	23,1	52,4	21,9	0,0	7,3	57,3	35,3

Примітки: а – не важлива, б – скоріше важлива, ніж не важлива, в – важлива, г – дуже важлива тема. 1 – Загальна характеристика спортивних споруд та обладнання; 2 – Спортивний інвентар. Правила збереження та експлуатації; 3 – Вимоги до місць проведення занять та змагань; 4 – Екіпіровка спортсмена.

Однак починаючи з етапу ПдВД, на погляд респондентів, потреба у вивченні більшості вищезазначених тем знижується. Разом із тим, необхідність у знаннях, що стосуються екіпіровки спортсменів, залишається

актуальні на останніх етапах підготовки. Можна припустити, що в цьому спорті екіпіровка спортсмена чинить значний вплив на кінцевий результат, тому її виробники постійно вдосконалюють свою продукцію. Отже, знання про новітні розробки спортивного одягу та взуття є актуальними на усіх етапах підготовки (Табл. 3.18).

Таблиця 3.18

Важливість тем за розділом «Матеріально-технічне забезпечення»
(на матеріалі опитування тренерів-викладачів,
у відсотковому співвідношенні)

Етапи багаторічної підготовки												
ПДВД				МРІМ				ЗІЗ				
а	б	в	г	а	б	в	г	а	б	в	г	
1	34,1	29,2	20,7	35,3	20,7	23,1	20,7	47,5	18,2	20,7	13,4	
2	31,7	30,4	26,8	21,9	29,2	25,6	23,1	41,4	21,9	21,9	14,6	
3	31,7	34,1	31,7	15,8	30,4	24,3	29,2	39,0	20,7	17,0	23,1	
4	18,2	37,8	42,6	7,3	29,2	24,3	39,0	21,9	29,2	20,7	28,0	

Примітки: а – не важлива, б – скоріше важлива, ніж не важлива, в – середня, г – дуже важлива тема. 1 – Загальна характеристика споруд та обладнання; 2 – Спортивний інвентар. Правила експлуатації; 3 – Вимоги до місць проведення занять та споруд; 4 – Екіпіровка спортсмена.

Тем розділу «Правила техніки безпеки», на переконання тренерів-викладачів, є важливими на усіх етапах підготовки спортсменів. Разом із тем найбільш значимими на перших двох етапах підготовки (ІПІ та ПБП) є теми «Правила поведінки під час тренувань та змагань» та «Техніка безпеки в різних спортивних ситуаціях», а теми «Надання першої допомоги» та «Правила поведінки у спорті» (Табл. 3.19).

Таблиця 3.19

Важливість тем за розділом «Правила техніки безпеки (на матеріалі опитування тренерів-викладачів, у відсотковому співвідношенні)

Етапи багаторічної підготовки												
ІПІ				ПБП				СПБ				
а	б	в	г	а	б	в	г	а	б	в	г	
1	3,6	10,9	85,3	0,0	1,2	19,5	79,2	0,0	6,1	37,8	56,1	
2	30,4	25,6	35,3	1,2	17,0	32,9	48,7	0,0	7,3	20,7	71,9	

3	2,4	13,4	20,7	63,4	0,0	12,2	14,6	73,1	0,0	4,8	28,0	67,2
4	8,5	17,0	36,5	37,8	3,6	8,5	40,2	47,5	0,0	6,1	34,1	59,7

Примітки: а – не важлива, б – скоріше важлива, ніж не важлива, г – важлива, ґ – дуже важлива тема. 1- Правила поведінки під час тренувань та змагань; 2 – Надання першої допомоги; 3 – Техніка безпеки та об'єктивних критичних ситуацій; 4 – Травматизм у спорті. Причини виникнення та профілактика.

Разом з тим тема: «Травматизм у спорті. Причини виникнення та профілактика» є найбільш затребуваними на етапах СБП та ППД (Табл. 3.20).

Таблиця 3.20

Значущість тем за розділом «Травматизм та техніка безпеки (на матеріалі опитування тренерів-викладачів, у відсотковому співвідношенні)

№ з/п	Етапи багаторічної підготовки											
	ПДР				МРІМ				ЗІЗ			
	а	б	в	г	а	б	в	г	а	б	в	г
1	0,0	7,3	46,3	42,6	7,3	19,5	47,5	25,6	15,8	34,1	26,8	23,3
2	0,0	4,8	20,7	74,3	0,0	3,6	36,5	59,7	9,7	10,9	37,8	41,4
3	0,0	7,3	29,2	63,4	0,0	13,4	32,9	53,6	9,7	23,1	21,9	45,3
4	0,0	1,2	39,0	59,7	0,0	1,2	53,6	45,1	9,7	13,4	41,4	35,5

Примітки: а – не важлива, б – скоріше важлива, ніж не важлива, в – важлива, ґ – дуже важлива тема. 1- Правила поведінки під час тренувань та змагань; 2 – Надання першої допомоги; 3 – Техніка безпеки та об'єктивних критичних ситуацій; 4 – Травматизм у спорті. Причини виникнення та профілактика.

Отже, аналіз результатів опитування тренерів-викладачів дозволяє констатувати наявність поступовості у формуванні знань спортсменів в теоретичній підготовці. Так, на ранніх етапах багаторічного спортивного вдосконалення фахівці пропонують на заняттях із теоретичної підготовки застосовувати теми, які формують лише загальне уявлення про обрані спортсменом вид спорту. Водночас зі зростанням спортивної майстерності фахівці наполягають на поглибленні та розширенні цих знань.

Перевірка отриманих даних на нормальності розподілу за допомогою критерія узгодженості χ^2 Пірсона за питанням про те, які із тем теоретичної підготовки були б найефективнішими у підготовці майбутніх

... дозволила встановити, що рівень надійності $p=0,027$ ($p < 0,05$) до $p=6,61 \cdot 10^{-25}$ ($p < 0,05$).

Для встановлення того, які саме форми організації занять будуть ефективнішими для теоретичної підготовки спортсменів на кожному з етапів багаторічного спортивного вдосконалення в обраному виді спорту, тренерів-викладачам було запропоновано чотири варіанти відповідей: індивідуальна (для одного спортсмена), групова (спортсмени з одного виду спорту), колективна (вихованці одного тренера), командна (весь склад команди), спільна (усі спортсмени різного віку та кваліфікації з одного виду спорту).

Згідно з думкою більшості опитаних, на ранніх етапах підготовки найбільш ефективною для передачі теоретичних знань спортсменам буде індивідуальна форма організації занять. Стосовно етапу ПП, то на цьому етапі 93,90 % фахівців-практиків, етапу ПБП – 95,12 %, етапу СБП – 76,8 %. А ось що стосується етапу ПдВД, думки респондентів розділилися на чотири рівні відсоткові частки. Так, 42,68 % опитаних наполягають, що на цьому етапі підготовки слід проводити в індивідуальній формі заняття з одним спортсменом, а 40,24 % вважають ефективною групову форму організації занять. Разом із тим, під час підготовки у другій стадії процесу багаторічного вдосконалення, фахівці-практики для теоретичної підготовки спортсменів використовували індивідуальну форму організації занять (Табл. 3. 21).

Таблиця 3.21

Ефективність форм організації занять на різних етапах підготовки (за матеріалі опитування тренерів-викладачів, у відсотковому співвідношенні)

Етапи багаторічної підготовки	Форми організації занять			
	Індивідуальна	Групова	Командна	Спільна
ПП	3,6	93,9	0,0	2,4
ПБП	1,2	95,1	3,6	0,0
СБП	8,5	76,8	12,1	2,4
ПдВД	42,6	41,4	14,6	1,2
МРМ	87,8	7,3	4,8	0,0
ЗЗ	85,3	10,9	3,6	0,0

Таким вибір фахівців обумовлений тим, що в роботі зі спортсменами певної кваліфікації потрібно застосовувати індивідуальний підхід, який

максимально враховує їхні особисті властивості і сприятиме підвищенню спортивних досягнень.

Одним із питань анкетування тренерів-викладачів було визначити форми контролю за рівнем теоретичної підготовленості спортсменів (усне опитування, письмове опитування, самостійна робота, тестування, контрольна робота), які були б ефективними на кожному з етапів багаторічного спортивного вдосконалення залежно від періоду його проведення (оперативний, поточний, етапний).

Одним із питань анкетування тренерів-викладачів було визначити форми контролю за рівнем теоретичної підготовленості спортсменів (усне опитування, письмове опитування, самостійна робота, тестування, контрольна робота), які були б ефективними на кожному з етапів багаторічного спортивного вдосконалення залежно від періоду його проведення (оперативний, поточний, етапний).

Отже, найефективнішою формою оперативного контролю на усіх етапах підготовки, на думку більшості фахівців-практиків, є усне опитування спортсменів. Таку думку відносно етапу ПП підтримують 97,56 % опитаних, етапу ПБП – 92,68 %, етапу СБП – 82,93 %, етапів ПдВД і МРІМ – по 80,49 % та на етапів ЗіЗ – 82,93 %.

Як і оперативний, поточний контроль за рівнем теоретичної підготовленості спортсменів більшість опитаних тренерів-викладачів (70,73 % (ПП), 58,54 % (ПБП), 54,88 % (СБП), 58,54 % (ПдВД), 59,76 % (МРІМ), 58,54 % (ЗіЗ) пропонує здійснювати також шляхом усного опитування.

Разом із тим, виявлено групи опитаних (18,29 % – ПП, 19,51 % – ПБП та 15,85 % – СБП), які з метою здійснення поточного контролю рекомендують на перших трьох етапах підготовки застосовувати письмове опитування, а на етапах СБП (15,85 %), ПдВД (15,85 %), МРІМ (14,63 %) та ЗіЗ (15,85 %) проводити самостійні роботи.

Стосовно здійснення етапного контролю, то погляди респондентів розділилися на дві значні частки між тими, хто наполягають на ефективності проведення усного опитування та тими, хто вважають доцільним упровадження тестування. Так, на етапі ПП 51,22 % опитаних відстоюють ефективність здійснення такої форми етапного контролю, а 34,15 % – тестування. Водночас для етапу ПБП ці відсоткові частки складають, відповідно, 28,05 % та 52,44 %, етапу СБП – 20,73 % та 62,20 %, етапу ПдВД – 21,95 % та 58,54 %, етапу МРІМ – 21,95 % та 57,32 %, етапу ЗіЗ – 24,39 % та 54,88 %. Крім того, виявлені частки спільних думок фахівців-практиків, які наполягають на ефективності

методів самостійних робіт як форми етапного контролю, починаючи з етапу СБП. Такі частки становлять: для етапу СБП – 12,20 %, ПдВД – 12,20 %, ПдВМ – 14,63 %, ЗіЗ – 24,39 % (Табл. 3.22).

Таблиця 3.22

Ефективність форм контролю за рівнем теоретичної підготовленості на різних етапах підготовки (на матеріалі опитування тренерів-викладачів, у відсотковому співвідношенні)

Форми контролю	Форми контролю																	
	Систематичний						Поточний						Етапний					
	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
СБП	12,2	12,2	0,0	0,0	0	1,2	70,7	18,2	4,8	4,8	0	1,2	51,2	3,6	7,3	34,1	2,4	1,2
ПдВД	12,2	14,6	0,0	1,2	0	1,2	58,5	19,5	10,9	9,7	0	1,2	28,0	8,5	7,3	52,4	2,4	1,2
ПдВМ	14,6	14,6	6,1	3,6	0	1,2	54,8	15,8	15,8	12,2	0	1,2	20,7	1,2	12,2	52,2	2,4	1,2
ЗіЗ	24,4	6,1	7,3	4,8	0	1,2	58,5	13,4	15,8	9,7	1,22	1,2	21,9	0,0	12,2	58,5	6,1	1,2
Інша	0	4,8	7,3	6,1	0	1,2	59,7	14,6	14,6	9,7	0,00	1,2	21,9	0,0	14,6	57,3	4,8	1,2
Всього	12,2	14,6	7,3	3,6	0	1,2	58,5	13,4	15,8	10,9	0,00	1,2	24,3	0,0	15,8	54,8	3,6	1,2

Примітка: 1 – усне опитування; 2 – письмове опитування; 3 – контрольна робота; 4 – тестування; 5 – контрольна робота; 6 – інша робота.

Таким чином, нами вперше встановлено спільні думки тренерів-викладачів із ЦВС стосовно їхньої потреби в поглибленні власних знань із обраного виду спорту, розподілу навантаження з теоретичної підготовки на різних етапах спортивного вдосконалення, ефективності інформаційних джерел у забезпеченні спортсменів інформацією, доцільності застосування різних засобів та методів теоретичної підготовки на різних етапах підготовки, значущості розділів та тем із теоретичної підготовки, ефективності форм організації навчання та контролю за рівнем теоретичної підготовленості спортсменів.

3.3. Узагальнена думка викладачів ЗВО стосовно теоретичної підготовки в циклічних видах спорту

Для встановлення відношення фахівців, які готують майбутніх тренерів-викладачів з ЦВС, до потреби застосування тих чи інших засобів теоретичної підготовки ми опитали 88 викладачів ЗВО. Серед них: 6

докторів наук, 58 кандидатів наук, 24 осіб не мають наукового ступеня. У числі опитаних – 5 професорів, 37 доцентів, 46 осіб не мають ученого звання. Середній вік опитаних склав $43,25 \pm 1,08$ років, стаж роботи у ЗВО $17,61 \pm 1,02$ років.

При цьому 97,73 % викладачів працюють у ЗВО 4-го рівня акредитації і лише 2,27 % – у закладах освіти 2-го рівня акредитації [53, 65, 67, 87].

Для опитування викладачів ЗВО, які готують майбутніх тренерів із ЦВС, розроблено анкету, яка містить 12 змістових запитань, з яких: п'ять запитань закритого типу (три (2, 6, 7) – альтернативні, два (1, 3) – вибіркові), два (4, 5) – відкритого типу та п'ять (8, 9, 10, 11, 12,) – напіввідкритого.

На початку анкети з'ясовується науковий ступінь, вчене звання, стаж, місце роботи та рівень акредитації ЗВО, в якому працює респондент. За допомогою Питань 2 і 3 встановлюється ставлення респондента до теоретичної підготовки спортсменів. Питання 4-9 спрямовані на визначення навчальних дисциплін ЗВО, на яких слід формувати вміння майбутніх тренерів передавати теоретичні знання спортсменам. Останні три запитання (10-12) анкети націлені на визначення найефективніших засобів і методів теоретичної підготовки.

У результаті проведеного анкетування викладачів ЗВО виявлено протиріччя між доведеною потребою в навчанні майбутніх тренерів умінню передавати теоретичні знання спортсменам (підтримали 100 % викладачів) та відсутністю узгодженості думок стосовно складових спортивної підготовки, у тому числі й теоретичної її сторони. Так, 97,73 % опитаних погоджуються з тим, що спортивна підготовка складається з фізичної, 96,59 % – технічної, 96,59 % – тактичної, 95,45 % – психологічної, 92,05 % – теоретичної, 86,36 % – інтегральної сторін.

Разом із тим, виявлено навчальні дисципліни, які на думку науково-педагогічних працівників сприяють формуванню знань із теоретичної підготовки у спорті. Так, найбільша кількість викладачів вважає, що це такі навчальні дисципліни, як «Теорія і методика фізичного виховання» (61,36 %), «Теорія і методика викладання видів спорту» (34,09%), «Основні теорії і методики спортивного тренування» (31,82 %), «Біомеханіка» (31,82 %), «Фізіологія людини» (30,68 %), «Олімпійський та професійний спорт» (30,68 %), «Теорія і методика обраного виду спорту» (27,27 %), «Психологія спорту» (23,86 %), «Спортивно-педагогічне вдосконалення» (23,86 %), «Анатомія людини з основами спортивної морфології» (22,72 %), «Фізіологія спорту» (21,59 %), «Педагогіка» (18,18 %).

Проведеним анкетуванням визначено думки викладачів ЗВО стосовно того, в яких з цих дисциплін слід розглядати питання, що стосуються підготовки спортсменів. Вважається, що гуманітарні та загальнонавчальні знання майбутні тренери з ЦВС отримують на заняттях із цих навчальних дисциплін, як «Олімпійський та професійний спорт» (55,84 %), «Управління у сфері фізичного виховання і спорту» (27,27 %), «Олімпійський спорт» і «Адаптивний спорт» (18,18 %). Водночас 22,94 % опитаних пропонують для передачі гуманітарних та загальнонавчальних знань ввести окрему навчальну дисципліну.

Таким чином отримання інформації, пов'язаної зі змагальною діяльністю в ЦВС 33,33 % опитаних пропонують окрему навчальну дисципліну. Утім 22,22 % респондентів радять здійснювати передачу таких знань на заняттях з навчальної дисципліни «Теорія і методика викладання видів спорту», а 22,22 % «Теорія і методика спортивної підготовки».

Інформацію стосовно навчально-тренувального процесу найбільша кількість опитаних, яка в перерахунку на відсотки досягає 29,55 %, пропонують отримувати під час вивчення навчальної дисципліни «Основи теорії і методики спортивного тренування». У той же час 18,18 % респондентів із цією метою радять навчальну дисципліну «Теорія і методика викладання видів спорту», 12,5 % – «Теорія і методика фізичного виховання», а 27,27 % – окрему навчальну дисципліну.

За думку переважної більшості науково-педагогічних працівників, викладачів ЦВС 60,23 %, передачу знань про матеріально-технічне забезпечення в ЦВС слід здійснювати на заняттях із навчальної дисципліни «Спортивні споруди і обладнання». Разом із тим, як і за попередніми розділами знань, деяка частина опитаних, що становить 21,59 %, пропонує увести окрему навчальну дисципліну.

Відповідаючи питання, які стосуються медико-біологічного забезпечення в ЦВС, більшість викладачів пропонують здійснювати в цих навчальних дисциплін, як «Фізіологія людини» (52,27 %), «Анатомія людини з основами спортивної морфології» (46,59 %), «Фізіологія рухової активності» (32,95 %), «Гігієна» (32,95 %), «Масаж» (31,82 %) «Спортивна медицина» (22,73 %). Водночас 20,45 % опитаних пропонують окрему навчальну дисципліну.

Знання, що стосуються правил поведінки під час тренувань та змагань, безпеки та дій у критичних ситуаціях, травм та їхніх першої допомоги, вибору місць занять тощо, більшість опитаних пропонують передавати на заняттях з навчальних дисциплін «Спортивна медицина» (45,45 %), «Безпека життєдіяльності та основи

охорони праці» (29,55 %), «Спортивна травматологія» (22,73 %), «Валеологія з основами медичних знань» (18,18 %) або ж увести окрему навчальну дисципліну (18,18 %).

Крім того, 98,86 % респондентів указали, що навчальна дисципліна яку вони викладають, сприяє формуванню вміння майбутніх тренерів передавати теоретичні знання спортсменам. При цьому така сама відсоткова частка опитаних (98,86 %) наполягає на необхідності введення у зміст навчальних дисциплін ЗВО матеріал, що містить методику навчання майбутніх тренерів передачі теоретичних знань спортсменам.

Наступним запитанням анкети ми намагалися встановити, які саме навчальні дисципліни, на думку фахівців, формують уміння майбутніх тренерів передавати теоретичні знання спортсменам та який саме відсоток годин від загального обсягу навчальної дисципліни слід цьому приділяти.

Отже, найбільша група респондентів (36,36 %) має спільну думку щодо того, що навчання майбутніх тренерів методиці передачі теоретичних знань спортсменам слід здійснювати в межах навчальної дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання».

Разом із тим, серед тих, хто обрав цю навчальну дисципліну, немає єдиної думки щодо того, яку саме відсоткову частку від загального обсягу годин слід приділяти формуванню вміння майбутніх тренерів передавати теоретичні знання спортсменам. Так, 9,09 % вважають за доцільне приділяти цьому 15-20 % від загального обсягу годин навчальної дисципліни; 6,82 % – 30-40 % часу; 5,68 % пропонують 10-15 %; по 4,55 % обрали 20-30 % та 40-50 %; 2,27 % наполягають на 5-10 %, а 3,41 % пропонують інші варіанти.

Дещо менші групи респондентів, які у відсотковому еквіваленті за загальної кількості опитаних становлять 34,09 % та 32,96 %, вважають, що формування вміння майбутніх тренерів передавати теоретичні знання спортсменам слід здійснювати під час вивчення навчальних дисциплін – власне, «Основи теорії і методики спортивного тренування» та «Теорія і методика викладання видів спорту».

З 34,09 % опитаних, які обрали навчальну дисципліну «Основи теорії і методики спортивного тренування», найбільша відсоткова частка фахівців у 10,23 % наполягає на приділенні формуванню вмінь студентів передавати теоретичні знання спортсменам 5-10 % від загального обсягу годин навчальної дисципліни; 6,82 % опитаних схильні вважати, що цьому необхідно приділяти 15-20 % часу; 5,68 % опитаних пропонують 30-40 %; дві групи респондентів по 3,41 % віддають перевагу відсотковим часткам відповідно, у 10-15 % та 20-30 %. Існують ще дві групи фахівців по 2,27 %

з цих респонденти обрали варіант 40-50 % від загального обсягу годин навчальної дисципліни, а у другій пропонують власні варіанти.

З числа тих, хто обрав «Теорію і методику викладання видів спорту» (3,36 %), дві рівнозначні (по 7,95 %) відсоткові частки опитаних пропонують для здійснення навчання майбутніх тренерів методиці передачі теоретичних знань спортсменам приділяти до 5 % та, відповідно, у межах 10-15 % від загального обсягу годин навчальної дисципліни; ще одна група респондентів (4,55 %) радить приділяти 5-10 % часу.

Серед респондентів наявні також дві рівнозначні групи по 3,41 %. Одна з них наполягає на виділенні 30-40 % від загального обсягу годин навчальної дисципліни, а друга пропонує власні варіанти відсоткових часток. Крім того, ще дві групи по 2,27 % віддають перевагу часткам у 15-20 % та 40-50 %, а один респондент (1,14 %) обрав варіант у 20-30 % від загального обсягу годин навчальної дисципліни.

Група викладачів, що склала 21,59 % від загальної кількості опитаних, радить формувати вміння майбутніх тренерів передавати теоретичні знання спортсменам під час вивчення навчальної дисципліни «Спортивно-педагогічне вдосконалення». При цьому з їх числа найбільші відсоткові частки своїх думок опитаних у 7,95 % та 6,82 % указують на доцільність приділяти цьому, відповідно, по 5-10 % та 20-30 % часу від загального обсягу годин навчальної дисципліни.

Групи фахівців, які обрали такі навчальні дисципліни, як «Теорія і методика спортивної підготовки» та «Теорія і методика обраного виду спорту» склали, відповідно, 15,91 % та 14,77 %. При цьому 10,23 % з числа тих опитаних, які обрали навчальну дисципліну «Теорія і методика спортивної підготовки», вважають необхідним приділяти формуванню вміння студентів передавати теоретичні знання від 5 до 10 % від загального обсягу годин, виділених на вивчення цієї дисципліни. Серед тих, хто обрав за мету навчальну дисципліну «Теорія і методика обраного виду спорту», єдиної думки щодо обсягу годин, який слід приділяти саме навчання майбутніх тренерів вмінню передавати теоретичні знання з обраного виду спорту, немає.

У додаток до попередніх суджень, існує 7,95 % респондентів, які рекомендують для здійснення формування вміння майбутніх тренерів передавати теоретичні знання спортсменам виділити окрему навчальну дисципліну.

Отже, методику навчання майбутніх тренерів передачі теоретичних знань спортсменам найбільші відсоткові частки опитаних радять уводити в

такі навчальні дисципліни, як: «Теорія і методика фізичного виховання» (36,36 %), «Основи теорії і методики спортивного тренування» (34,09 %), «Теорія і методика викладання видів спорту» (32,96 %), «Спортивно-педагогічне вдосконалення» (21,59 %), «Теорія і методика спортивної підготовки» (15,91 %) та «Теорія і методика обраного виду спорту» (14,77 %).

Передавати студентам такі знання на 1-му курсі першого (бакалаврського) рівня освіти вважають необхідним 34,09 % опитаних, на 2-му – 46,59 %. Значно більша кількість викладачів підтримують думку про передачу таких знань, починаючи з 3-го та 4-го курсів першого (бакалаврського) рівня (по 80,68 %), а також протягом 1-го (79,55 %), 2-го (61,36 %) та 3-го (57,95 %) семестрів другого (магістерського) рівня (Рис. 3.58).



Рис.3.58 Доцільність навчання майбутніх тренерів у передавати теоретичні знання спортсменам на різних рівнях освіти (на матеріалі опитування викладачів ЗВО, n=88)

1, 2, 3, 4 – курси на першому рівні вищої освіти;

1, 2, 3, 4 – семестри на початковому та другому рівнях вищої освіти

У ході наукового пошуку нами також встановлено думку викладачів стосовно того, на яких рівнях вищої освіти необхідно навчати майбутніх тренерів умінню передавати теоретичні знання спортсменам. Так, 23,86 % опитаних наполягають, що таку підготовку потрібно здійснювати вже під час 1-го семестру навчання на початковому рівні вищої освіти, 25,0 % – під час 2-го, 39,77 % – 3-го, 53,41 % – 4-го семестру відповідно.

Таким чином, у результаті вивчення думок викладачів стосовно того, на яких рівнях вищої освіти необхідно навчати майбутніх тренерів умінню передавати теоретичні знання спортсменам, встановлено, що найбільша кількість опитаних обирали третій (80,68 %) та четвертий (80,68 %) курси першого (бакалаврського) рівня вищої освіти та 1-й семестр (79,55 %) другого (магістерського) рівня.

Визначення думок науково-педагогічних працівників, які представляють навчальні заклади різних рівнів вищої освіти стосовно ефективності застосування засобів теоретичної підготовки в навчанні майбутніх тренерів передавати теоретичні знання спортсменам, засвідчило, що 38,64 % опитаних вважають використання збірників наукових статей, наукових посібників та монографій на початковому рівні (короткий цикл) навчання «не ефективним», а 42,05 % – «малоефективним», і лише 19,31 % респондентів відмічають ці засоби як «ефективні», а 6,82 % – як «дуже ефективні» [53] (рис. 3.59).

На першому (бакалаврському) рівні вищої освіти потреба у використанні вищезазначених засобів зростає, і більшість викладачів (80,68 %), які взяли участь в опитуванні, вважають їх «ефективними».

Разом із тим, найефективніший вплив мають такі засоби під час навчання на другому (магістерському) рівні вищої освіти. Про це свідчить те, що 40,91 % опитаних відмічають їх як «ефективні», а 47,73 % – як «дуже ефективні» засоби (див. Рис. 3.59).

Серед викладачів немає єдиної думки стосовно доцільності використання довідників та енциклопедій під час підготовки майбутніх тренерів на початковому рівні вищої освіти. Так, найбільша відсоткова частка опитаних (39,77 %) вважає їх застосування «малоефективним». Крім того, виокремлюються ще дві значні, паритетні відсоткові частки спільних думок викладачів (по 22,73 %), які одночасно вказують як на «не ефективність», так і на «ефективність» таких засобів.

Що стосується використання вищезазначених засобів на першому (бакалаврському) та другому (магістерському) рівнях вищої освіти, то найбільш дві значні групи опитаних, які вказують на «малоефективність»

(36,36 % та 29,55 % відповідно) та «ефективність» (47,73 % та 44,32 % відповідно) використання вищезазначених, засобів.

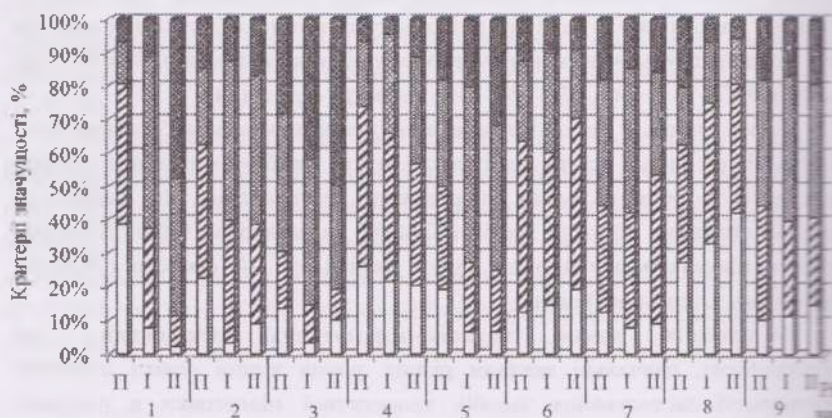


Рис.3.59. Доцільність застосування засобів теоретичної підготовки на різних рівнях вищої освіти (на матеріалі опитування науково-педагогічних працівників, ЗВО n=88):

□ - не важливий розділ; ▨ - скоріше важливий, ніж не важливий;
 ▩ - важливий; ■ - дуже важливий.

П – початковий рівень (короткий цикл) вищої освіти; І – перший (бакалаврський) рівень вищої освіти; ІІ – другий (магістерський) рівень вищої освіти.

1. Збірники наукових статей, навчальні посібники, монографії
2. Довідники, енциклопедії;
3. Електронні та аудіо книги;
4. Журнали та газети;
5. Педагогічне тестування (визначення рівня знань із теоретичної підготовки);
6. Плакати, малюнки, брошури;
7. Документальні та художні фільми;
8. Анімація;
9. Телевізійні програми.

Використання електронних та аудіокниг на початковому рівні (короткий цикл) вищої освіти більшість респондентів, яка становить 40,91 %, вважає «ефективним», а 28,41 % – «дуже ефективним». На наступних рівнях вищої освіти (першому (бакалаврському) та другому (магістерському)) потреба в таких засобах продовжує зростати. Підтверджують це, відповідно, 43,18 % та 30,68 % респондентів. Як відмічають застосування обумовлених засобів як «ефективне», а 42,86 % та 50,00 % опитаних, відповідно, оцінили їх застосування як «дуже ефективне».

На думку більшості викладачів ЗВО, отримання теоретичної інформації з періодичної науково-популярної літератури, а саме з журналів спорту, є «малоефективним» на початковому рівні (короткий цикл) вищої освіти. На цьому наполягають 47,73 % опитаних. Таке ж міркування існує і стосовно першого (бакалаврського) та другого (магістерського) рівнів вищої освіти, що відмічають, відповідно, 44,32 % та 36,36 % опитаних. Водночас, існують значні відсоткові частки спільних думок респондентів (30,68 % та 31,82 %), які вважають такі засоби ефективними для використання, відповідно, на першому та другому рівнях вищої освіти.

Щодо педагогічного тестування як одного із засобів передачі теоретичної інформації на початковому рівні вищої освіти, то майже однакові відсоткові частки респондентів (30,68 % та 31,82 %) оцінили його як, відповідно, «малоефективний» та «ефективний» засіб. На противагу цьому, на подальших рівнях вищої освіти вагомість цього засобу зростає. Такими як «ефективний» застосування цього засобу на першому рівні вищої освіти відмічає 52,27 % респондентів, а на другому – 43,18 %. Також існують частки опитаних, які вважають його «дуже ефективним» (30,68 % та 31,82 % відповідно).

Передача теоретичної інформації у вигляді плакатів, малюнків та інших зображень, на думку більшості опитаних (51,14 %, 45,45 % та 51,14 %) оцінюється як «малоефективний» засіб на усіх рівнях вищої освіти.

Оцінювання можливості отримання необхідної для майбутніх тренувальних інформації шляхом перегляду документальних та художніх фільмів закреслило дві значні відсоткові частки спільних думок опитаних. Так 31,82 % респондентів наполягають на «малоефективності» такого засобу на початковому рівні вищої освіти, у той час як 37,50 % вважають його «ефективним». Щодо першого рівня вищої освіти, то ці відсоткові частки становлять, відповідно, 34,09 % та 43,18 %, а другого – 44,32 % та 36,36 %.

Використання анімації з метою передачі теоретичних знань із фізичного виду спорту, на думку переважної більшості викладачів ЗВО, не є ефективним засобом на всіх рівнях вищої освіти. Так, «не ефективним» на початковому рівні вищої освіти його вважають 27,27 % фахівців, а «малоефективним» – 35,23 %; стосовно першого рівня вищої освіти, то ці відсоткові частки розподілилися, відповідно, на 32,95 % та 42,05 %, а другого – на 42,05 % та 38,64 %.

Як «ефективний» на всіх рівнях вищої освіти засіб передачі теоретичної інформації фахівці розглядають перегляд телевізійних програм спортивного спрямування та новин спорту. А саме стосовно

початкового етапу вищої освіти такого переконання дотримуються 37,50 % респондентів, першого етапу – 43,18 %, другого – 39,77 %. Разом із тим, відсоткові частки спільних думок опитаних, які оцінюють такий засіб як «малоефективний», становлять 34,09 %, 28,41% та 26,14 % відповідно.

Як видно з Рисунку 3.60, більшість викладачів проводили практичних заходів, а саме конкурсів та проектів на спортивну тематику, зустрічей із видатними спортсменами і тренерами на початковому (40,91 %), першому (54,55 %) та другому (43,18 %) рівнях вищої освіти вважає «ефективним» засобом теоретичної підготовки. Проте своєї першочергової значущості такий засіб набуває на другому рівні вищої освіти. Як «дуже ефективний» його оцінюють 40,91 % опитаних.

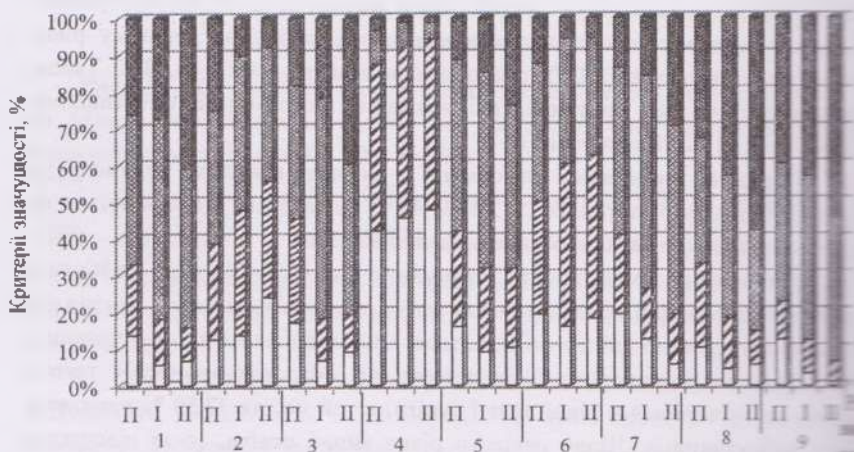


Рис.3.60. Доцільність застосування засобів теоретичної підготовки на різних рівнях вищої освіти (на матеріалі опитування науково-педагогічних працівників, ЗВО n=88):

□ - не важливий розділ; ▨ - скоріше важливий, ніж не важливий; ▤ - важливий; ▩ - дуже важливий.

П – початковий рівень (короткий цикл) вищої освіти; І – перший (бакалаврський) рівень вищої освіти; ІІ – другий (магістерський) рівень вищої освіти.

1. Практичні заходи; 2. Ігри; 3. Лекції; 4. Колекційні методи; 5. Комп'ютерні програми; 6. Тести; 7. Ігри; 8. Навчально-освітні програми; 9. Пошукові сервіси мережі інтернет; 10. Технічні засоби.

Ефективність застосування на всіх рівнях вищої освіти ігор (пазлів, вікторин) як засобу теоретичної підготовки майбутніх тренерів не викликає сумніву. Як видно з Рисунок 3.11, для початкового рівня вищої освіти ця частка становить 36,36 %, для першого – 42,05 %, а другого – 36,36 %. Водночас слід зазначити, що найбільш затребуваними ігри є на початковому рівні вищої освіти. «Дуже ефективними» їх вважають 25,0 % викладачів.

Застосування відвідування лекцій зростає з кожним наступним рівнем освіти. Так, 36,36 % опитаних наполягає на «важливості» цього засобу на початковому рівні вищої освіти, а 18,18 % вважає його «дуже ефективним». Стосовно першого та другого рівнів вищої освіти, то ці частки становлять, відповідно, 60,23 % і 21,59 % та 40,91 і 39,77 % (див. Рисунок 3.60).

Такий вибір викладачів ми пов'язуємо з віковими особливостями сприйняття та усвідомлення інформації студентами на різних рівнях вищої освіти. З кожним наступним етапом розвитку зростає їхня увага, образне мислення, збагачується практичний досвід, покращується здатність до сприйняття інформації та критичної оцінки.

Колекціонування як цілеспрямоване накопичення предметів, що мають наукову, історичну або художню цінність та яке припускає збирання, збір, вивчення та систематизацію отриманих матеріалів, що несуть інформацію з обраного виду спорту, є незатребуваним на всіх рівнях вищої освіти. Так, 42,05 % опитаних оцінюють колекціонування на початковому рівні вищої освіти як «не ефективний» засіб теоретичної підготовки, а 45,45 % – як «малоефективний». Стосовно першого рівня вищої освіти, такої думки дотримуються, відповідно, 45,45 % та 46,59 %, а другого – 47,73 % та 46,59 % респондентів.

Потреба у використанні комп'ютерних тестів як засобу передачі знань зростає з кожним наступним рівнем вищої освіти. Якщо застосування цього засобу на початковому рівні вищої освіти відмітили як «ефективний» 46,59 % респондентів, то відносно першого рівня вищої освіти ця частка зростає до 53,41 %. Відсоток тих, хто вважають застосування на другому рівні вищої освіти комп'ютерних тестів «ефективним» засобом, зменшується до 44,32 %, але натомість відсутня частка спільних думок викладачів, які наполягають на тому, що такий засіб є «не ефективним», зростає до 23,86 %.

Результати вивчення думок викладачів стосовно використання комп'ютерних ігор у якості засобів теоретичної підготовки засвідчують, що з підвищенням освітнього рівня потреба в таких засобах дещо знижується.

Так, для початкового рівня вищої освіти «ефективним» використання таких засобів вважають 37,50 % викладачів, а «малоефективним» – 30,68 %. Що стосується першого та другого рівнів вищої освіти, то ці відсоткові частки становлять, відповідно, 34,09 % і 44,32 % та 31,82 і 44,32 %.

На противагу цьому, для усіх рівнів підготовки майбутніх тренерів характерне використання комп'ютерних навчально-освітніх програм. Свідченням цього є найбільший відсоток викладачів, які підтримують спільну думку (відповідно, 45,45 %, 57,95 та 51,14 %).

Встановлено, що застосування пошукових сервісів мережі Інтернет є максимально затребуваним на другому рівні вищої освіти. Це підтверджують найбільші відсоткові частки опитаних. Респонденти відмітили цей засіб теоретичної підготовки як «дуже ефективний» (57,95 %) та «ефективний» (27,27 %). Значними ці частки є і стосовно першого та початкового рівнів вищої освіти. Вони становлять, відповідно, 43,18 % і 38,64 % та 32,95 і 34,09 %.

Схожа ситуація спостерігається і з використанням технічних засобів навчання (засобів мультимедіа), які за результатами опитування викладачів є найбільш затребуваними на другому рівні вищої освіти. Так, 54,55 % респондентів вважають їх «дуже ефективними», а 38,64 % – «ефективними». Також чимала частка респондентів визначає раціональність їх застосування на першому і початковому рівнях вищої освіти, що, відповідно, становить 43,18 % і 44,32 % та 39,77 % і 37,50 %.

Таким чином, аналіз результатів опитування викладачів ЗВО показав, що найефективнішими засобами теоретичної підготовки під час навчання майбутніх тренерів на всіх рівнях вищої освіти є збірники наукових статей, навчальні посібники, монографії, електронні та аудіо книги, педагогічне тестування, а також тестування за допомогою комп'ютерних програм, перегляд навчально-освітніх програм, прослуховування лекцій та проведення практичних заходів (конкурсів, зустрічей, проєктів), пошукові сервіси мережі Інтернет, а також новітні технічні засоби навчання. Разом з тим, найменш затребуваним засобом теоретичної підготовки на всіх рівнях вищої освіти є колекціонування.

Також слід зазначити, що потреба в таких засобах, як збірники наукових статей, навчальні посібники, монографії, довідники, енциклопедії, електронні та аудіокниги, журнали та газети, педагогічне тестування (у тому числі і комп'ютерне), перегляд навчально-освітніх передач за допомогою комп'ютерних програм, прослуховування лекцій, проведення практичних заходів, пошукові сервіси мережі Інтернет та технічні засоби навчання зростає від одного рівня вищої освіти до іншого. На противагу

застосування таких засобів, як плакати, малюнки, брошури, ігри (у тому числі і комп'ютерні) є найбільш затребуваними на початковому рівні вищої освіти. У подальшому потреба в подібних засобах зменшується.

Стосовно використання на всіх рівнях вищої освіти перегляду документальних та художніх фільмів, а також телевізійних програм (новин, документальних кінофільмів та телепрограм), то думки викладачів розділилися на дві значні відсоткові частки між тими, хто вважає їх «ефективними» і тими, хто наполягає на їх «малоефективності».

Перевірка отриманих даних на нормальність розподілу за допомогою критерію узгодженості χ^2 Пірсона за питанням про те, які із засобів теоретичної підготовки були б найефективнішими у підготовці майбутніх тренерів-викладачів, дозволила встановити, що рівень надійності становиться від $p=2,37 \cdot 10^{-12}$ ($p < 0,05$) до $p=4,96 \cdot 10^{-16}$ ($p < 0,05$).

Аналіз результатів опитування дозволив встановити, які з методів теоретичної підготовки є найбільш ефективними у підготовці майбутніх тренерів із ЦВС.

Як видно з Рисунку 3.61, застосування вербальних методів у теоретичній підготовці студентів є «ефективним» під час навчання на всіх рівнях вищої освіти. Такої думки стосовно початкового рівня дотримується 59,34 % респондентів, першого – 59,09 %, другого – 50,0 %.

Водночас, значними є частки спільних думок опитаних, які вважають цей метод як «дуже ефективний». Для початкового рівня вищої освіти так вважає 35,23 % педагогів, а для першого та другого рівнів – 31,25 % і 30,68 % відповідно.

Наочні методи, основними з яких є ілюстрування та демонстрування, з боку більшості викладачів, будуть найбільш затребуваними на початковому та першому рівнях вищої освіти. Про це свідчать найбільші частки спільних думок опитаних. Вони вказують, що такі методи є «ефективними» (42,05 % і 55,68 % відповідно) та «дуже ефективними» (40,73 % і 37,50 % відповідно). Щодо другого рівня вищої освіти, то ці частки є дещо меншими і становлять, відповідно, 42,05 % і 40,91 %.

Значимість використання ігрового методу в теоретичній підготовці майбутніх тренерів із ЦВС є найвищою на початковому рівні вищої освіти. Цей факт підтверджується найбільшими відсотковими частками спільних думок викладачів, які вважають такий метод «ефективним» (45,45 %) та «дуже ефективним» (36,36 %). Водночас на подальших рівнях вищої освіти спостерігається поступове зниження потреби в застосуванні ігрового методу. Так, застосування його на першому рівні вищої освіти 52,27 % опитаних

оцінюють як «ефективний», і лише 20,45 % – як «дуже ефективний». Щодо стосується другого рівня вищої освіти, то ці частки досягають, відповідно, 44,32 % і 15,91 %.

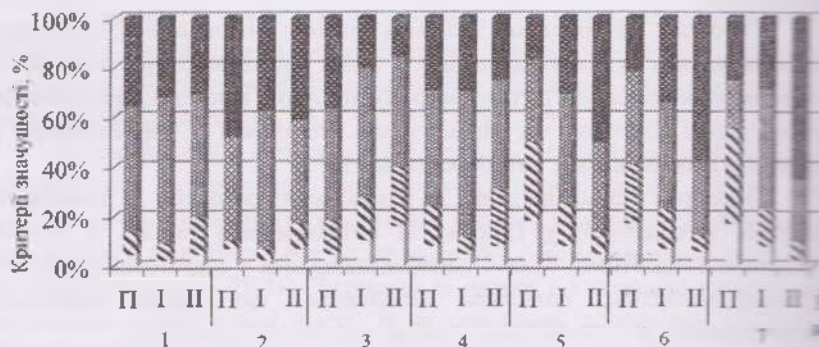


Рис. 3.61. Доцільність застосування методів теоретичної підготовки на різних рівнях вищої освіти (на матеріалі опитування викладачів ЗВО, $n=88$):

□ – не ефективний засіб; ▨ – малоефективний засіб;
▩ – ефективний засіб; ■ – дуже ефективний засіб.

П – початковий рівень (короткий цикл) вищої освіти; І – перший (бакалаврський) рівень вищої освіти; ІІ – другий (магістерський) рівень вищої освіти.

1. Вербальні (словесні); 2. Наочні (ілюстрування, демонстрування); 3. Ігровий; 4. Змагальний; 5. Інформаційного пошуку; 6. Інтерактивні методи («мозковий штурм», метод асоціацій, створення проблемної ситуації, метод проектів, «коло ідей», «мікрофон», «дерево рішень»; 7. Самоосвіта.

Використання змагального методу, на думку викладачів, був найбільш ефективним на першому рівні вищої освіти. До такого висновку приходять 59,09 % опитаних, які вважають його «ефективним», а 29,55 % – наполягають, що такий метод є «дуже ефективним». Водночас на початковому рівні вищої освіти ці відсоткові частки становлять, відповідно, 46,59 % і 29,55 %, а на другому – 44,32 % і 15,91 %.

Потреба в застосуванні методів інформаційного пошуку зростає з кожним наступним рівнем вищої освіти. Так, якщо для початкового рівня значення таких методів коливається між оцінкою «малоефективний» (31,82 %) та «ефективне» (32,95 %), то для першого та другого рівнів

«ефективно» застосуванням їх вважають, відповідно, 44,32 % та 36,36 % відповідно. «Дуже ефективним» – 30,68 % та 50,0 % відповідно.

Своє твердження спостерігається і з використанням інтерактивних методів – таких як «мозковий штурм», метод асоціацій, створення проблемної ситуації, метод проєктів, та ін. Якщо для початкового рівня вищої освіти «ефективними» ці методи вважають 37,50 % опитаних і лише 22,9% – «дуже ефективними», то для наступного рівня застосування інтерактивних методів буде «ефективним» з точки зору вже 43,18 % викладачів, а 34,09 % – «дуже ефективним». Водночас найвищого ступеня ефективності такі методи досягають на другому рівні вищої освіти. При цьому 57,35 % викладачів визначають їх як «дуже ефективні».

Викладачі на початковому рівні вищої освіти методу самоосвіти вважають викладачів (38,64 %) оцінюють як «малоефективний». Разом із тим, якщо першому рівні вищої освіти більшістю респондентів цей метод вважається як «ефективний» (48,86 %), а на другому – як «дуже ефективний» (64,77 %).

Таким чином, на погляд викладачів ЗВО, потреба в застосуванні інтерактивних, ігрових, ігрового та змагального методів є значно вищою на другому рівні вищої освіти, ніж на першому та другому рівнях. На третьому рівні, швидше за все, потреба в застосуванні методів Інформаційного пошуку, методів («мозковий штурм», метод асоціацій, створення проблемної ситуації, метод проєктів, «мозок ідей», «мікрофон», «дерево знань» та самоосвіти зростає з кожним наступним етапом сходження вищої освіти, найбільш необхідними вони є на останніх етапах.

Перевірка отриманих даних на нормальність розподілу за допомогою критерію χ^2 Пірсона за питанням про те, які з чотирьох методів підготовки були б найефективнішими у підготовці майбутніх тренерів-викладачів, дозволила встановити, що рівень надійності становить $p=1,12 \cdot 10^{-12}$ ($p < 0,05$) до $p=6,94 \cdot 10^{-15}$ ($p < 0,05$).

Застосовую думку викладачів стосовно того, які із засобів та методів вважають найефективнішими в роботі тренерів під час здійснення теоретичної підготовки спортсменів на кожному з етапів багаторічного вдосконалення, аналізуючи дані з Таблиці 3.23, більшість викладачів ЗВО (51,1 %) вважають найефективнішими засобами передачі теоретичних знань спортсменам на першому етапі навчання документальні та художні фільми, а також книги (у тому числі електронні та аудіокнижки) на спортивну тематику (50,0 %).

Водночас, значними є частки спільних думок опитаних, які вважають за найефективніші засоби передачі теоретичних знань спортсменам на другому та третьому етапах навчання плакати, брошури (46,6 %), ігри (42,0%), мультимедійні фільми на

спортивну тематику (39,8 %), технічні засоби навчання (мультимедіа) (33,0 %), телевізійні програми на спортивну тематику та новини спорту (25,0 %), а також комп'ютерні програми, серед яких тести, ігри, навчально-освітні програми (23,9 %).

Таблиця 5.22

Доцільність застосування засобів теоретичної підготовки на різних етапах підготовки (на матеріалі опитування викладачів ЗВО (n=85), у % відносно загальної кількості опитаних) [65]

№	Засоби теоретичної підготовки	Етапи багаторічної підготовки					
		ПП	ПБ	СБП	ПдВД	МРІ	ЗіЗ
1.	Книги	50,0	42,0	40,9	52,3	50,0	54,5
2.	Збірки наукових статей	12,5	17,0	34,1	45,5	54,5	54,5
3.	Довідники, енциклопедії	13,6	18,2	27,3	30,7	34,1	34,1
4.	Журнали та газети	14,8	23,9	34,1	30,7	19,3	20,9
5.	Педагогічне тестування	15,9	45,5	45,5	46,6	37,5	31,8
6.	Плакати, малюнки, брошури	46,6	37,5	14,8	12,5	6,82	7,94
7.	Документальні та художні	51,1	48,9	37,5	28,4	27,3	30,7
8.	Анімація	39,8	15,9	3,41	3,41	3,41	6,82
9.	Телевізійні програми	25,0	31,8	37,5	30,7	28,4	33,0
10.	Практичні заходи	17,0	39,8	48,9	36,4	33,0	22,7
11.	Ігри (пазли, квести, вікторини)	42,0	28,4	12,5	12,5	6,82	7,94
12.	Лекції	17,0	22,7	26,1	38,6	42,0	34,1
13.	Колекціонування	15,9	15,9	5,68	3,41	4,55	5,68
14.	Комп'ютерні програми	23,9	26,1	31,8	36,4	28,4	33,0
15.	Пошукові сервіси мережі	13,6	19,3	37,5	52,3	52,3	45,5
16.	Технічні засоби	33,0	30,7	36,4	46,6	46,6	47,7

Примітки. ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап попередньої базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей; ЗіЗ – етап збереження вищої спортивної майстерності та поступового досягнень.

Значно менші відсоткові частки спільних думок опитаних припадають на такі засоби, як практичні заходи (конкурси, зустрічі, проекти) та збірки (по 17,0 %), педагогічне тестування (визначення рівня знань з теоретичної підготовки) та колекціонування (філателія, нумізматики та ін.) (по 15,9 %), читання журналів та газет (14,8 %), отримання інформації з довідників, енциклопедій та пошукових сервісів мережі інтернет (Google, Yahoo, Bing, etc.) (по 13,6 %).

Значна тощо) (по 13,6 %), вивчення збірників наукових статей, навчальних посібників, монографій (12,5 %).

Найефективнішими методами теоретичної підготовки, які можна використати на етапі ІІІ, переважна більшість викладачів, які взяли участь в опитуванні, визнали: вербальні (словесні) (81,8 %), наочні (ілюстрування, демонстрування) (80,7 %) та ігровий (68,2 %).

Водночас слід зазначити, що 30,7 % з усіх опитаних викладачів наполягають на ефективності застосування змагального методу. Значно менші відсоткові частки респондентів для здійснення теоретичної підготовки запропонували інтерактивні методи («мозковий штурм», метод кейсів, створення проблемної ситуації та ін.) (10,2 %), метод інформаційного пошуку та самоосвіти (по 7,95 %) (Табл. 3.24).

Таблиця 3.24

Ефективність застосування методів теоретичної підготовки на різних етапах підготовки (на матеріалі опитування викладачів ЗВО (n=88), у % відносно загальної кількості опитаних)

№	Методи теоретичної підготовки	Етапи багаторічної підготовки					
		ПП	ПБП	СБП	ПдВД	МРІМ	ЗіЗ
1	Вербальні (словесні)	81,8	72,7	67,0	58,0	50,0	50,0
2	Наочні	80,7	78,4	62,5	56,8	36,4	29,5
3	Ігровий	68,2	64,8	46,6	30,7	26,1	21,6
4	Змагальний	30,7	52,3	61,4	54,5	46,6	35,2
5	Інформаційного пошуку	7,95	17,0	44,3	52,3	54,5	59,1
6	Інтерактивні методи	10,2	15,9	30,7	48,9	55,7	42,0
7	Самоосвіти	7,95	12,5	20,5	42,0	63,6	75,0

Примітки. ПП – етап початкової підготовки; ПБП – етап підвищення базової підготовки; СБП – етап спеціалізованої базової підготовки; ПдВД – етап підготовки до вищих досягнень; МРІМ – етап максимальної реалізації індивідуальних можливостей; ЗіЗ – етапи досягнення вищої спортивної майстерності та поступового зниження навантаження.

З метою здійснення теоретичної підготовки на етапі попередньої базової підготовки більшість викладачів ЗВО пропонують використовувати такі засоби, як документальні та художні фільми (48,9 %) та педагогічне опитування (45,5 %).

Крім того, значні відсоткові частки опитаних наполягають на ефективності проведення практичних заходів спортивного спрямування (48,9 %), використанні під час занять із теоретичної підготовки плакатів,

малюнків, брошур (37,5 %), перегляду телевізійних програм на спортивну тематику та новини спорту (31,8 %).

Водночас, на думку 30,7 % респондентів, передачі теоретичних знань на другому етапі багаторічного вдосконалення спортсменів сприятиме також застосовування технічних засобів навчання. Дещо менші відсоткові частки опитаних рекомендують на таких заняттях застосовувати ігри (28,4 %), комп'ютерні програми (26,1 %), читання журналів та газет на спортивну тематику (23,9 %) та прослуховування лекцій (22,7 %). Потреба на цьому етапі спортивного вдосконалення у решті запропонованих засобів теоретичної підготовки незначна: на їх застосуванні налягає менше двадцяти відсотків педагогів вищої школи.

За міркуванням фахівців, особливе значення в підготовці юних спортсменів на етапі попередньої базової підготовки будуть мати наочні (78,4 %), вербальні (72,7 %), ігровий (64,8 %) та змагальний (52,3 %) методи. Значно менші відсоткові частки опитаних рекомендують решту методів теоретичної підготовки, а саме: 17,0 % – інтерактивні методи, 15,9 % – інформаційного пошуку та 12,5 % – метод самоосвіти.

Відносно етапу спеціалізованої базової підготовки більшість викладачів ЗВО пропонують застосовувати такі засоби теоретичного навчання, як проведення практичних заходів (48,9 %), педагогічне тестування (45,5 %), читання книжок на спортивну тематику (40,9 %). До того ж, 37,5 % респондентів радять переглядати документальні й художні фільми та телевізійні програми, а також використовувати пошукові сервіси мережі Інтернет; 36,4 % – застосовувати технічні засоби навчання; 34,1 % – вивчати збірники наукових статей, навчальні посібники, монографії та читати журнали і газети; 27,3 % – користуватися довідниками та енциклопедіями; 26,1 % – прослуховувати лекції.

Етап спеціалізованої базової підготовки, порівняно з попередніми етапами, висуває свої вимоги до використання методів теоретичної підготовки. Зокрема, хоча фахівці й висувають пропозицію залучати до процесу передачі теоретичних знань спортсменам вербальні (67,0 %), наочні (62,0 %) та ігровий (46,6 %) методи, проте потреба в них знижується. Разом із тим, зростає потреба в застосуванні змагального методу (61,4 %), методів інформаційного пошуку (44,3 %), інтерактивних методів (30,7 %) та самоосвіти (20,5 %).

Щодо етапу підготовки до вищих досягнень, то з метою підвищення рівня знань спортсменів із обраного виду спорту найбільші відсоткові частки опитаних (по 52,3 %) радять читання книжок на спортивну тематику та використання пошукових сервісів мережі Інтернет.

Водночас, значними є відсоткові частки спільних думок викладачів, які наполягають на потребі в застосуванні таких засобів теоретичної підготовки, як педагогічне тестування (46,6 %), технічні засоби навчання (46,6 %), збірки наукових статей, навчальні посібники, монографії (45,5 %), лекції (38,6 %), практичні заходи (36,4 %), комп'ютерні програми (36,4 %). Також великі відсоткові частки опитаних пропонують спортсменам отримувати інформацію з довідників, енциклопедій, журналів, газет, телевізійних програм (по 30,7 %), а також із перегляду документальних та тренувальних фільмів спортивного спрямування (28,4 %).

Кількість фахівців, які радять на цьому етапі застосовувати на заняттях із теоретичної підготовки вербальні, наочні та ігровий методи, порівняно з попереднім етапом, продовжує зменшуватися і у відсотковому співвідношенні становить, відповідно, 58,0 %, 56,8 % та 30,7 %. Крім того, спостерігається зниження (до 54,5 %) потреби в застосуванні змагального методу.

На противагу цьому, продовжує зростати необхідність у використанні методів інформаційного пошуку (52,3 %), інтерактивних методів (48,9 %) та симуляції (42,0 %).

Важко максимальної реалізації індивідуальних можливостей, як відображають найбільші відсоткові частки спільних думок викладачів, збільшення застосування таких засобів теоретичної підготовки, як вивчення збірок наукових статей, навчальних посібників та монографій (54,5 %), використання пошукових сервісів мережі Інтернет (52,3 %) та читання журналів на спортивну тематику (50,0 %).

Разом із тим, 46,6 % педагогів наполягають на ефективності застосування на заняттях із теоретичної підготовки новітніх технічних засобів. Водночас, є значна частина респондентів, які радять застосовувати лекції (42,0 %), педагогічне тестування (37,5 %), користування довідниками та енциклопедіями (34,1 %), проведення практичних заходів (33,3 %), перегляд телепередач та новин спорту (28,4 %), використання комп'ютерних програм (28,4 %) отримання інформації з документальних та тренувальних фільмів на спортивну тематику (27,3 %).

Найбагаторебуваним методом, за допомогою якого досягається необхідні теоретичними знаннями на вище вказаному етапі підготовки, на думку більшості викладачів, є самоосвіта (63,6 %). Водночас, більше половини опитаних вважають, що ефективним також буде використання інтерактивних методів (55,7 %) та методів інформаційного пошуку (54,5 %). На противагу цьому, значущість вербальних (50,0 %),

наочних (36,4 %), змагального (46,6 %) та ігрового методів продовжує знижуватися.

Стосовно етапів збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень викладачі ЗВО виражають ідею пріоритетності таких засобів теоретичної підготовки, як вивчення збірок наукових статей, навчальних посібників та монографій (56,8 %), читання книжок на спортивну тематику (54,55 %). Дещо менші відсоткові частки опитаних із метою підвищення рівня знань спортсменів із обраного виду спорту пропонують застосовувати новітні технічні засоби навчання (47,7 %), використовувати пошукові сервіси мережі Інтернет (45,5 %).

Крім того, дві рівнозначні відсоткові частки опитаних по 34,1 % доводять можливість отримання інформації з довідників та енциклопедій, а також прослуховування лекцій. Водночас, частки по 33,0 % фахівців наполягають на перегляді телевізійних передач та новин спорту, а також використанні комп'ютерних програм.

Застосування педагогічного тестування вважають ефективним 31,8 %, а перегляд документальних та художніх фільмів на спортивну тематику – 30,7 % респондентів. На думку 22,7 % опитаних, збагаченню знань спортсменів сприятиме проведення практичних заходів, серед яких конкурси, зустрічі, спільні проекти, а 20,5 % наполягає на ефективності читання журналів та газет на спортивну тематику.

Як і на попередньому етапі підготовки, на етапах ЗіЗ найефективнішим методом, спрямованим на поглиблення рівня теоретичної освіченості, виступає метод самоосвіти. Так вважає 75,0 % опитаних. Другим за значимістю методом теоретичної підготовки для зазначених етапів виявився метод інформаційного пошуку, який обрали 59,1 % респондентів. Половина з усіх викладачів, які взяли участь в опитуванні (50,0 %), вважає доцільним для передачі теоретичних знань студентам використовувати вербальні методи. Водночас 42,0 % опитаних обрали з цією метою інтерактивні методи навчання. Найменш затребуваними на етапах збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень виявилися наочні (29,5 %), ігровий (21,6 %) та змагальний (35,2 %) методи.

Отже, у результаті аналізу анкетних даних встановлено, що більшість опитаних викладачів ЗВО найзатребуванішим засобом теоретичної підготовки на всіх етапах багаторічного спортивного вдосконалення визначили книги, у тому числі електронні та аудіокниги. Крім того, значна кількість фахівців радить упродовж усіх етапів підготовки спортсменів використовувати новітні технічні засоби навчання.

Слід також зауважити, що на початкових етапах процесу спортивного вдосконалення переважають такі засоби, як документальні та візуальні засоби, виступати, малюнки і брошури, анімація (мультфільми на спортивну тематику), ігри (пазли, квести, вікторини та ін.), педагогічне тестування, практичні заходи, комп'ютерні програми. На протипагу цьому, на більш високих шаблях процесу багаторічного вдосконалення пріоритет віддається засобам, як збірники наукових статей, навчальні посібники, мультимедійні засоби, пошукові сервіси мережі Інтернет.

Найбільш затребуваним засобом на усіх етапах підготовки визначено комп'ютеризовані засоби.

Що стосується методів передачі знань, виявлено, що в першій стадії процесу багаторічного вдосконалення характерними для застосування, на початку викладів, є вербальні (словесні), наочні (ілюстрування, демонстрація), ігровий та змагальний методи, а у другій перевага віддається методам інформаційного пошуку, інтерактивним методам (наочної ситуації, метод асоціацій, створення проблемної ситуації, метод проблем, метод ідей, «мікрофон», «дерево рішень») та самоосвіті.

Таким чином, нами уперше встановлено ставлення кваліфікованих тренерів та тренерів-викладачів з циклічних видів спорту, а також викладачів ЗВО до теоретичної підготовки спортсменів у циклічних видах спорту. А саме, потребу спортсменів та тренерів-викладачів у поглибленні теоретичних знань з обраного виду спорту, розподіл навантаження з теоретичної підготовки на різних етапах спортивного вдосконалення, ефективність інформаційних джерел у забезпеченні спортсменів інформацією, доцільність застосування різних засобів та методів теоретичної підготовки на різних етапах підготовки, значущість розділів та розділів з теоретичної підготовки, ефективність форм організації занять та контролю за рівнем теоретичної підготовленості спортсменів. Разом з тим, за результатами опитування викладачів ЗВО, які готують майбутніх тренерів з циклічних видів спорту, визначено які навчальні дисципліни спрямовані на формування спеціальних (професійних) компетентностей тренерів зі спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» стосовно теоретичної підготовки в спорті, в межах яких дисциплін слід розглядати питання, що стосуються теоретичної підготовки спортсменів, який відсоток часу від загального обсягу навчальної дисципліни слід приділяти на формування вміння майбутніх тренерів передавати теоретичні знання спортсменам, які засоби та методи теоретичної підготовки будуть найефективнішими у підготовці майбутніх тренерів на різних рівнях вищої освіти.

НАУКОВО-МЕТОДОЛОГІЧНЕ ОБГРУНТУВАННЯ СИСТЕМИ ТЕОРЕТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ В ЦИКЛІЧНИХ ВИДАХ СПОРТУ

4.1. Концептуальні положення теоретичної підготовки в циклічних видах спорту

Грунтуючись на визначенні М.П. Пітіна (2015): «Теоретична підготовка в спорті є системою для наукового пізнання, яка представлена сукупністю сутностей, суб'єктно-об'єктних відносин із формування спеціальних знань та зв'язками між учасниками педагогічного процесу. Це може бути виокремлено з середовища спортивної діяльності на певний час для забезпечення різнобічного вивчення відповідної сторони підготовки спортсменів» [446].

Ми постулюємо, що теоретична підготовка в ЦВС являє собою процес формування у суб'єктів теоретичної підготовки проблемно-орієнтованих знань та компетентностей, щодо спортивної діяльності у групі видів спорту, детермінованої багаторазовим повторенням циклічних рухів та відносно стандартними умовами розв'язання змагальних завдань.

Під час розробки та обґрунтування концептуальних положень теоретичної підготовки в ЦВС ми спиралися на:

- 1) існуючі в загальній теорії підготовки спортсменів закономірності, загально-дидактичні та специфічні принципи, функції [454, 455];
- 2) загальну концепцію теоретичної підготовки в спорті [295, 446, 720];
- 3) загальнонаукові методи, засоби та форми, а також методи, засоби та форми теоретичної підготовки в спорті [446, 454, 455];
- 4) програми підготовки майбутніх тренерів із ЦВС у ЗВО [125, 519, 625, 658].

Наукове обґрунтування теоретичної підготовки в ЦВС проведено з урахуванням трьох рівнів наукових знань: парадигмального, концептуального, операційного (Рис. 4.1.).

Перший рівень – парадигмальний – містить фундаментальні знання сфери фізичної культури та спорту [266, 361, 454, 455].

На другому рівні – концептуальному – проаналізовано сукупність наукових знань на підставі узагальнення наукової інформації з теоретичної підготовки в спорті [33, 230, 422, 650], зокрема її організаційно-методичних основ [446, 720].

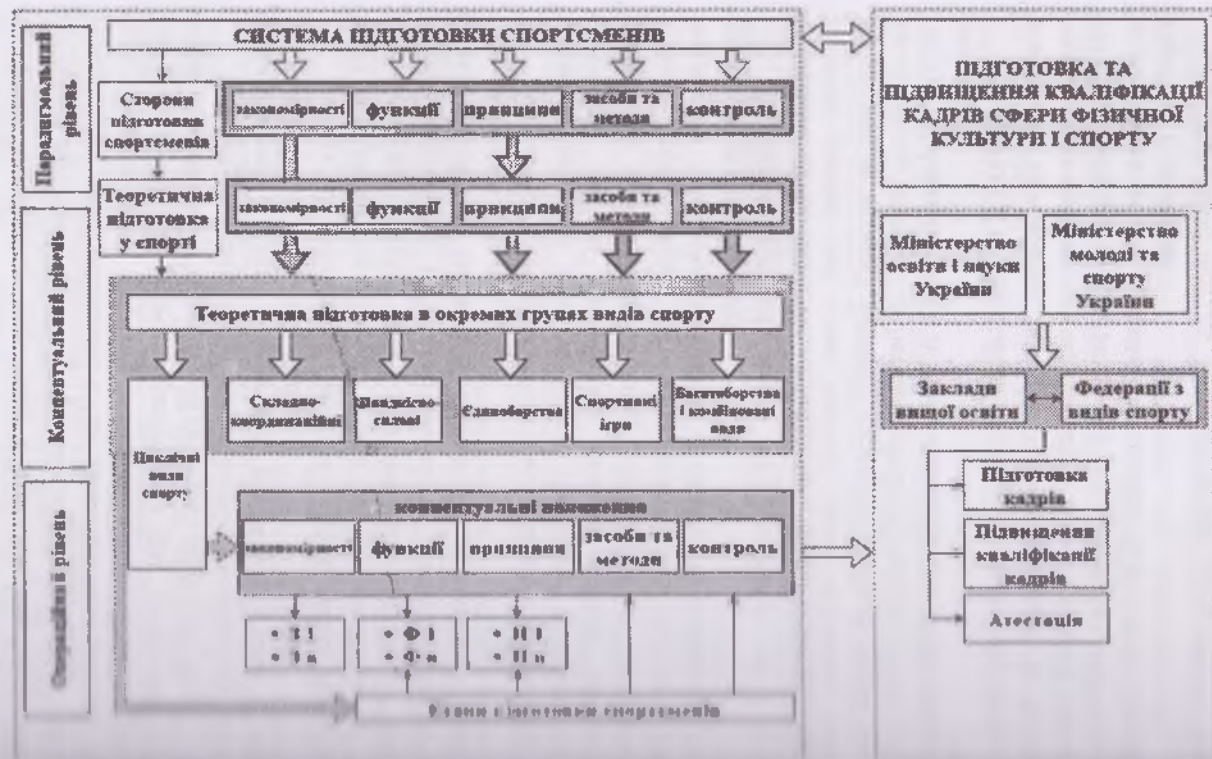


Рис. 1. Моделі підготовки та підвищення кваліфікації кадрів сфери фізичної культури і спорту в Україні

На третьому – операційному рівні – визначено концептуальні положення теоретичної підготовки в ЦВС. Власне щодо них ми є суб'єктами авторського права. Представлено закономірності, принципи та функції теоретичної підготовки в ЦВС, специфіковані методи, засоби та види контролю рівня теоретичної підготовленості, а також можливість інтеграції знань із теоретичної підготовки в ЦВС до системи підготовки кадрів зі спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» [57, 69].

Перший, парадигмальний рівень містить системоутворюючі знання сфери фізичної культури та спорту та розглядається нами як парадигма теорії системи підготовки спортсменів.

Існують різні підходи до наукового обґрунтування основ загальної теорії підготовки спортсменів. Разом із тим, спільним у роботах Л. П. Матвєєва (2010) та В. М. Платонова (2015) є висвітлення закономірностей як об'єктивно існуючих взаємозв'язків об'єктивної реальності суб'єктів спортивної діяльності та принципів як відображення закономірностей [360, 454, 455].

Спираючись на загально-дидактичні принципи, які склалися у сфері загальної педагогіки, вчені виділяють специфічні принципи спортивної підготовки, зокрема виокремлено основні функції, відносно яких формуються методи і засоби спортивної підготовки. Належним чином описано також сторони підготовки спортсменів, систему спортивних змагань та змагальну діяльність в спорті, моделювання, спортивну орієнтацію та відбір в спорті.

Грунтовний науковий пошук було здійснено щодо дослідження періодизації річної підготовки спортсменів. Варто відзначити, що загальна еволюція уявлень про етапи, періоди, цикли підготовки спортсменів відбувалася за активної наукової діяльності фахівців різних епох (А. Н. Крестовников, (1939) ; С. П. Летунов, (1952); Л. Прокоп, (1959); Н. Г. Озолін, (1972); Л. П. Матвєєв (2010); А. П. Бондарчук, (2005); В. М. Платонов (2014) [454, 455].

Ще у 1939 р. Р. Школьніков поділяв річну підготовку на два періоди: підготовчий та основний. Водночас у цьому ж році А. Н. Крестовников рекомендував виділяти три періоди: підготовчий, основний, перехідний. У 1949 році такої ж думки дотримувався Н. Г. Озолін, а у 1957 її підтримали та розширили фахівці з біохімії та фізіології спорту Н. А. Яковлев, Л. П. Коробков, С. В. Янаніс.

Уперше ідея про те, що періодизація спортивного тренування повинна бути обумовлена закономірностями розвитку «спортивної форми»

Л. П. Матвеевим (1954, 1977). Разом із тим, А. Н. Козлов (1999), Ю. В. Верхошанский (1985, 1998, 2005), А. П. Заварзин (2005), В. Б. Іссурін (2010) запропонували принципово нові підходи до побудови блокової системи програмування й організації тренувального процесу.

Найбільш детально питання, що стосуються періодизації та змісту тренувального навантаження, побудови мезо- та мікроциклів тренувальних блоків, висвітлює В. М. Платоновим (2014). Крім того, у своїх роботах дослідник особливо висвітлює питання, які стосуються системи підготовки спортсменів в олімпійському спорті. У колі проблем, що розглядає вчений, належить також характеристика видів спорту, системи змагань та змагальної діяльності, особливості сучасної системи підготовки спортсменів, сторони невпевненості, рухові здатності спортсменів, структура та методика набірних процесу підготовки спортсменів, питання спортивного відбору й тренувальної підготовки спортсменів, контролю, управління, моделювання і застосування в системі спортивної підготовки.

У теорії підготовки спортсменів вчений виділяє центральну частину, яка лежить в основі парадигми теорії підготовки спортсменів та містить у собі загальні закономірності, принципи та понятійно-термінологічний апарат, а також трансформовану частину, яка включає ідеї, факти, судження, гіпотези, дослідницькі підходи тощо. Тому саме роботу В. М. Платонова (2015), яка описує закономірності в системі підготовки спортсменів, ми беремо за основу нашого дослідження.

Саме тому, В. М. Платоновим та В. С. Келлером здійснено дослідження закономірностей загальної теорії спортивної підготовки [266], а саме виступили з висновки та постулати:

- **Висновки:** спортивної діяльності на досягнення перемоги в змаганнях, встановлення рекорду в умовах конкуренції між учасниками змагань для традиційно спрямованості підготовки спортсменів до вищих результатів;
- **Постулати:** досягнення однаково високих результатів не лише є метою видів спорту, а й у різних видах змагань одного виду спорту (для тренувальної спеціалізації);
- **Система** будови та розвитку організму людини (генетична специфічність функціонування);
- **Діагностика** здатності до ефективної діяльності є результатом комплексної координації адаптаційних процесів організму до конкретної діяльності.

- Діалектика ефекту переносу (позитивного та негативного) рухових якостей та навиків;

- Біоритмічні особливості життєдіяльності організму людини, його розвитку та вплив середовища;

- Традиційність і спадкоємна повторюваність календаря змагань і відповідно, програм підготовки в річних та багаторічних періодах спортивної діяльності;

- Залежність кумулятивних процесів адаптації функціональних систем від певної циклічності спеціалізованих реакцій організму спортсмена на специфічні навантаження;

- Гетерохронність процесів активізації, втоми та відновлення різних функціональних систем організму людини;

- Гетерохронність удосконалення фізичної, технічної, тактичної та психічної підготовленості спортсмена.

Також, під час пошуку наукової інформації та розробки принципів теоретичної підготовки в ЦВС ми спиралися на загально-дидактичні та специфічні принципи в області теорії і методики підготовки спортсменів [266], а також принципи теоретичної підготовки в спорті [454, 455].

Дидактичні принципи: доступності, свідомості й активності, наочності, систематичності та послідовності, міцності [360, 361, 379].

Специфічні принципи спортивної підготовки: спрямованості підготовки спортсменів до вищих досягнень, поглибленої спеціалізації, єдності загальної і спеціальної підготовки, безперервності тренувального процесу, єдності поступовості збільшення навантаження і тенденції до максимальних навантажень, хвилеподібності навантажень, варіативності навантажень, циклічності процесу підготовки, єдності та взаємозв'язку структури змагальної діяльності та структури підготовленості, єдності та взаємозв'язку тренувального процесу і змагальної діяльності з позатренувальними факторами, принцип взаємозв'язку процесу підготовки з профілактикою перетренованості, травматизму та захворювань [454, 455].

За твердженнями значної кількості фахівців, загальна теорія підготовки спортсменів як система взаємопов'язаних знань виконує такі функції: описову, пояснювальну, систематизуючу, передбачувальну, практичну, методологічну [454, 455]. Їхнє змістове наповнення то, частково, спрямованість були враховані при обґрунтуванні сукупності функцій теоретичної підготовки в ЦВС. Проте трансформація розуміння цих функцій також відбувалася через призму наукових даних, отриманих в

другому рівні моделі взаємозв'язку концептуальних положень теоретичної підготовки в ЦВС з іншими компонентами системи підготовки спортсменів.

Описані в загальній теорії підготовки спортсменів методи спортивної підготовки, що сприяють оволодінню спортсменами знаннями, уміннями та навичками умовно поділяють на вербальні або словесні (розповідь, лекція, бесіда, обговорення), наочні (показ, перегляд навчальних фільмів, прослуховування аудіо записів, демонстрація, світло лідируючі пристрої, електронні ігри), практичні (спрямовані на засвоєння спортивної техніки та на розвиток рухових якостей). У свою чергу, методи, спрямовані на засвоєння спортивної техніки, поділяються на методи розучування вправи в цілому і по частинах (підвідні та імітаційні вправи). Серед методів, спрямованих на розвиток рухових якостей, розрізняють безперервний, інтервальний, змагальний та ігровий методи тренування.

У загальній теорії підготовки спортсменів детально описано засоби, спрямовані переважно на розвиток фізичної, технічної, тактичної підготовки. Одним із таких засобів є фізичні вправи, що поділяються на основні групи: загальнопідготовчі, допоміжні, спеціально-підготовчі, спеціальні [454, 455].

Відмінності контролю за рівнем підготовленості спортсменів у загальній теорії підготовки спортсменів відбувається за допомогою поточного, достаточного та оперативного видів контролю. Відмінності між цими зазначеними видами контролю полягають у часі проведення. Етапний контроль передбачає оцінку підготовленості спортсмена в результаті тривалої підготовки: протягом кількох років, року, макроциклу, етапу, сезону.

За допомогою поточного контролю визначаються рівень підготовленості спортсменів після серії занять, одного або декількох тренувань. Оперативний контроль застосовується для визначення реакції спортсменів на тренувальні або змагальні навантаження під час окремих занять або змагань. За кількістю досліджуваних показників розрізняють поглиблений, вибірковий та локальний контроль. Залежно від засобів і методів, що застосовуються, типи контролю класифікують на фізично-педагогічний, соціально-психологічний і медико-біологічний [454, 455].

За другим рівнем (концептуальний) нами прийнято сукупність наукової інформації та узагальнені результати щодо розробки концепції спортивної підготовки в спорті, обґрунтованої М.П. Пітиним (2015). Зазначимо, що здійснення узагальнень організаційно-методологічного характеру відбувалося на основі наукових праць, присвячених:

дослідженням гуманістичних цінностей спорту [82, 98, 200, 218, 466, 570]; закономірностям та принципам спортивної підготовки [128, 148, 360, 414, 454, 455, 584]; теоретико-методичним основам підготовки спортсменів у різних видах спорту [10, 284, 296, 333, 601, 667]; з управління та контролю підготовки юних та кваліфікованих спортсменів [121, 192, 406, 660]; з розробки та впровадження технологій активного навчання [124, 149, 160, 352]; особливостей створення індивідуальності людини, розвитку її духовних, пізнавальних, комунікативних та естетичних якостей [500, 570, 596]; специфіці управління багаторічною підготовкою спортсменів [10, 78, 123, 360, 454, 455]; реалізації пізнавальних технологій у сфері фізичного виховання та спорту [102, 311, 368, 387, 388]; застосуванню інформаційних технологій у вищій фізкультурній освіті [217, 261, 269, 281, 282]; особливостям методології наукових досліджень [17, 317, 407].

Обґрунтована в роботі концепція є системою поглядів на навчально-тренувальний процес із притаманними йому особливостями з передачі та утворення специфічних знань на усіх етапах багаторічного вдосконалення спортсменів. Концепція розглядається на підставі виявлення закономірностей та зроблених висновків щодо об'єктивно наявних відносин і зв'язків між об'єктивними явищами системи теоретичної підготовки в спорті. Запропонована концепція має чотири рівні. Перший – рівень передумов, який містить систему підготовки спортсменів та керівні положення педагогічного та навчально-тренувального процесів (загальнодидактичні та специфічні принципи спортивної підготовки). Другий – рівень базису, який містить основні явища, процеси та категорії, що визначають специфіку системи теоретичної підготовки в спорті (етапи підготовки спортсменів, особливості змагальної діяльності, ступінь підготовленості спортсменів). Третій рівень – реалізації – описує імплементацію й результати та складається з двох блоків: перший – низинні (похідні) елементи системи теоретичної підготовки, другий – реалізаційно-визначальні елементи.

Перший блок представлений керівними положеннями (принципами), завданнями та функціями, відповідно яких сформовано методи, засоби, форми, умови реалізації теоретичної підготовки та її контроль. Другий – диференційованими програмами теоретичної підготовки. Завершальним рівнем концепції є рівень результату, який складається з інтегрального, когнітивного, методологічного, психологічного, та комунікативного компонентів [446].

Згідно потреб теоретичної підготовки в спорті професор М. П. Пилипчук визначив такі функції: когнітивну, соціалізувальну, виховну,

когнітивну, мотиваційну, гедоністичну, аксіологічну, гностичну, емоційно-коригувальну, інформативну, холістичну, самореалізувальну, конструктивно-конструктивну [446]. Зазначені функції мають глобальний характер і, безумовно, прагнуть специфікації і диференціації.

Водночас ученим окреслено принципи теоретичної підготовки в спорті, серед яких: принцип особистісної орієнтації змісту, критичності, інформаційної, економізації, полісенсорності, інтеграції, контрольованості, гнучкості [446].

У ході здійсненого наукового аналізу виділено методи теоретичної підготовки в спорті, в числі яких традиційні – вербальні (словесні) та невербальні. До групи вербальних методів входять ті, що безпосередньо впливають на теоретичну підготовленість спортсменів (лекція, пояснення, розповідь, бесіда) і опосередковано (вигук, підказка, вказівка, нагадування). До групи невербальних методів теоретичної підготовки відносять два види впливу: ілюстрування й демонстрування. Методи, відомі як ті, що спрямовані на розвиток рухових якостей, якими є ігровий і змагальний, також використовуються в теоретичній підготовці.

Разом із тим, у рамках концепції теоретичної підготовки в спорті М.Д.Потієм окреслено групу методів інформаційного пошуку (незалежний пошук, використання пошукових машин, пошук із застосуванням спеціальних засобів, аналіз нових ресурсів), інтерактивні методи теоретичної підготовки («мозковий штурм», асоціацій, створення проблемної ситуації, проєктів, «коло ідей», «мікрофон», «дерево рішень»), методи імітації (симуляція) та метод самоосвіти.

Зважаючи від специфіки застосування, засоби теоретичної підготовки в спорті умовно було розподілено на основні й допоміжні, а також технічні та нетехнічні. До основних засобів теоретичної підготовки в спорті належать книги, навчальні посібники, довідники, журнали, газети, енциклопедії, педагогічне тестування, плакати, фільми, анімація, телевізійні програми, практичні заходи, ігри, відкриті лекції, колекціонування, веб-сайти, комп'ютерні програми, мультимедійні інформаційні технології, інформаційні каталоги.

Враховуючи чинником у теоретичній підготовці спортсменів виділено контроль, що є заключним компонентом реалізаційних положень концепції теоретичної підготовки в спорті. Щодо визначення періоду його проведення у системі підготовки спортсменів використовується традиційний підхід, який використовує етапний, поточний та оперативний контроль. Поділ цього контролю щодо якості його проведення здійснено наступним чином: контроль (характеризується відсутністю чіткої структури та організації

контролю), частковий або тематичний (організоване визначення рівня теоретичної підготовленості з певної теми чи розділу із застосуванням визначених критеріїв контролю) та комплексний (визначення рівня знань спортсменів на певному етапі підготовки з урахуванням його цілісної структури та змістового наповнення теоретичної підготовки, а також використання відповідних критеріїв контролю).

М. П. Пітин виділяє формальні та неформальні критерії оцінювання теоретичної підготовленості спортсменів. Формальними критеріями контролю у теоретичній підготовці спортсменів є загальна кількість правильних відповідей, кількість правильних відповідей на питання основних розділів, загальний час на виконання завдання. Неформальними критеріями є уміння застосовувати знання, здатність до відтворення знань через певні проміжки часу, вміння пов'язувати освоєння знань із іншими знаннями (взаємозв'язок знань), рівень якості відповіді на питання (повнота, зрозумілість відповіді).

Проведене нами узагальнення науково-методичних положень загальної підготовки спортсменів, а також організаційно-методологічних основ теоретичної підготовки в спорті дає підставу визначити потребу обґрунтування блоку, який би відображав конкретизований рівень теоретичної підготовки з урахуванням структури та змісту змагальної діяльності та специфіки навчально-тренувальної діяльності в окремих групах видів спорту, зокрема ЦВС.

Третій рівень концептуальних положень теоретичної підготовки в ЦВС (операційний) включає в себе закономірності, принципи та функції теоретичної підготовки в ЦВС, специфіковані засоби та методи теоретичної підготовки в ЦВС, види контролю за рівнем теоретичної підготовленості, який дає можливість встановити сформованість знань спортсменів із виду спорту, можливість інтеграції знань щодо теоретичної підготовки в ЦВС до системи підготовки кадрів зі спеціальності 017 «Фізична культура і спорт».

Виявленими закономірностями теоретичної підготовки в ЦВС слід визначити такі:

1. Неспецифічність навчання (людину можна навчити будь-чому).
2. Єдність розумового та фізичного розвитку (генетична неспецифічність розвитку людини).
3. Перенесення знань.
4. Залежність змісту теоретичної підготовки від потреб та цілей, які висуває конкретний вид спорту або група видів спорту, темпів соціального й науково-технічного прогресу, когнітивних можливостей спортсменів, рівня розвитку теорії та практики підготовки спортсменів.

5. Залежність ефективності теоретичної підготовки від матеріально-технічних умов.

Обґрунтовано *принципи* теоретичної підготовки в ЦВС: специфікації теоретичної підготовки у групах видів спорту; єдності теоретичної підготовки суб'єктів системи підготовки; когнітивної відповідності навчальних знань з теоретичної підготовки; ресурсності теоретичної підготовки; технологічності теоретичної підготовки; уніфікації теоретичної підготовки в ЦВС [57].

Принцип специфікації теоретичної підготовки у групах видів спорту передбачає, що частину знань необхідно специфікувати залежно від вимог конкретного виду спорту (або підгрупи видів спорту). Зазначений принцип суттєво доповнює розуміння загальнометодологічних підходів теоретичної підготовки, викладених М. П. Пітиним (2015) [446].

Ми використовуємо найбільш поширену класифікацію В. М. Пашковського (2015), яка орієнтована на специфіку рухів та структуру навчальної діяльності різних видів спорту та включає такі групи видів спорту, як: циклічні, швидко-силові, складно-координаційні, багатоборства, спортивні ігри, багатоборства та комбіновані види спорту.

Враховуючи на те, що для всіх груп видів спорту існують загальні принципи теоретичної підготовки, ми переконані, що така підготовка повинна бути орієнтована на особливості структури і змісту змагальної та тренувальної діяльності кожної конкретної групи видів спорту.

Методичними положеннями принципу специфікації теоретичної підготовки у групах видів спорту визначено наступні :

- 1) Визначення специфіки теоретичної підготовки у групі ЦВС;
- 2) Адаптування структури і змісту теоретичної підготовки залежно від специфіки виду спорту, який вивчає специфіка підготовки в ЦВС;
- 3) Забезпечення поступового переходу від широких загальних до спеціальних спеціальних знань;
- 4) Надання пріоритету в поглибленні тих знань, які відповідають специфіці підготовки в ЦВС;
- 5) Забезпечення можливості здійснення теоретичної підготовки в межах завдань із інших сторін підготовки спортсменів, тобто орієнтація на комплексні заняття, пошук нових підходів до структурування знань;
- 6) Врахування ефекту перенесення знань (позитивного та негативного) з різних видів спорту в межах групи ЦВС;
- 7) Розробка засобів і критеріїв контролю рівня теоретичної підготовленості спортсменів у групі ЦВС [30, 274, 653].

Принцип єдності теоретичної підготовленості суб'єктів системи підготовки передбачає, що від рівня знань тренера-викладача з обраного виду спорту, його майстерного застосування методів та засобів теоретичної підготовки під час навчально-тренувальних занять залежить рівень теоретичної підготовленості спортсменів. Саме тому реалізація концептуальних положень неможлива без високого рівня підготовленості майбутніх тренерів, що, у свою чергу, є необхідною вимогою сучасності та основним завданням професійної освіти.

Отже, існує необхідність інтегрування знань щодо структури і змісту теоретичної підготовки в ЦВС на різних етапах багаторічного вдосконалення до системи підготовки фахівців фізичної культури і спорту.

Сформульований нами принцип єдності теоретичної підготовленості суб'єктів системи підготовки спирається на положення відомого дидактичного принципу готовності, адаптованого Ю. К. Гавердовським (1991, 2007) до потреб спорту [454, 455]. Ми уточнюємо цей принцип для теоретичної підготовки.

Водночас ми погоджуємося з твердженням, про те, що не лише тренер повинен володіти високим рівнем знань із обраного виду спорту та вміння передавати їх спортсменам, але й, у свою чергу, спортсмен повинен мати достатній рівень підготовленості з обраного виду спорту для успішного сприйняття та усвідомлення отриманої інформації [454, 455]. Рівень теоретичної підготовленості спортсменів обумовлений віком спортсмена, його кваліфікацією, етапом багаторічного спортивного вдосконалення [295, 446, 720].

Обґрунтування вказаного принципу викликано потребою в навчанні майбутніх тренерів-викладачів умінню передавати теоретичні знання спортсменам. На це вказують результати проведеного шляхом анкетування опитування серед викладачів ЗВО, які готують здобувачів вищої освіти рівнів бакалавра й магістра за спеціальністю 017 – «фізична культура і спорт». Усі викладачі (100 %), які взяли участь в опитуванні, вказують на існування такої потреби [53].

Основними методичними положеннями, які необхідно враховувати при дотриманні принципу єдності теоретичної підготовленості суб'єктів системи підготовки, є наступні:

- 1) Упровадження в підготовку майбутніх тренерів з ЦВС механізмів передачі теоретичних знань спортсменам;
- 2) Забезпечення єдності змістової і процесуальної сторін теоретичної підготовки;

- 3) Забезпечення наявності у структурі і змісті теоретичної підготовки в ЦВС навчальної та практичної (перетворюючої) діяльності;
- 4) Створення суб'єктів системи підготовки вмінням використовувати під час навчання та виконання професійних завдань засобів, методів та диференційованих програм теоретичної підготовки спортсменів з ЦВС;
- 5) Забезпечення контролю рівня оволодіння суб'єктами системи підготовки засобами, методами та диференційованими програмами теоретичної підготовки з певного виду спорту або групи видів спорту;
- 6) Розробка вимог щодо вмінь майбутніх тренерів передавати спортсменам теоретичні знання, що увійдуть до спеціальних (предметних, фахових) професійних компетентностей здобувачів вищої освіти рівня бакалавра й магістра зі спеціальності 017 – «Фізична культура і спорт».

Принцип когнітивної відповідності оволодіння знаннями з теоретичної підготовки. В основі цього принципу лежить ідея, що спортсмен повинен усвідомити сенс терміну перед тим як його використовувати. Тобто цей принцип передбачає поглиблення знань із фізичної культури та спорту шляхом роз'яснення суті та вивчення термінів, у тому числі тих, які мають іншомовне походження.

Застосування нових термінів і використання їх на практиці неможливо без засвоєння і розуміння їхньої сутності, адже дієвість знань обумовлює якість оперування ними. Переформулювавши зазначене, можна сказати, що спортсмен може використовувати певний термін лише коли усвідомила його сенс.

Спеціально підібрані засоби, які включають в себе словник із термінами на спортивну тематику, комунікативні ігри, завдання з цими термінами, дозволять майбутнім тренерам та спортсменам усвідомити значення таких термінів та влучно застосовувати їх.

Основними методичними положеннями зазначеного принципу є:

- 1) Введення у зміст теоретичної підготовки спортсменів із ЦВС навчального матеріалу, який містить тлумачення термінів, у тому числі й іншомовного походження, та який відповідає їхнім віковим можливостям і рівню підготовленості;
- 2) Створення полісенсорних засобів (словник, комунікативні ігри, завдання з новими термінами), які сприятимуть осмисленню та розумінню нових термінів;
- 3) Оптимізація засобів контролю рівня оволодіння термінами з теоретичної підготовки в ЦВС [555, 688, 704, 728, 731].

Принцип ресурсності теоретичної підготовки характеризується залежністю рівня проведення занять із теоретичної підготовки спортсменів від наявності ресурсного забезпечення. Таким ресурсним забезпеченням у теоретичній підготовці є наявність: кваліфікованих кадрів, інформаційного забезпечення, матеріально-технічного забезпечення.

Основними методичними положеннями цього принципу є:

- 1) Забезпечення навчально-тренувального процесу кваліфікованими кадрами;
- 2) Сприяння підтриманню належного рівня інформаційного та матеріально-технічного забезпечення.
- 3) Забезпечення контролю рівня ресурсного забезпечення теоретичної підготовки спортсменів [105].

Принцип технологічності теоретичної підготовки полягає у розробці та забезпеченні дотримання технології теоретичної підготовки в групах видів спорту. Він передбачає використання усієї сукупності методів та інструментів теоретичної підготовки з метою формування теоретичної підготовленості. Мета принципу полягає у підвищенні ефективності навчально-тренувального процесу та забезпеченні досягнення високого рівня теоретичної підготовленості спортсменів.

Основними методичними положеннями цього принципу є:

- 1) Забезпечення наявності та взаємозв'язку всіх компонентів технології теоретичної підготовки для групи ЦВС;
- 2) Забезпечення управління технологічними процесами теоретичної підготовки в ЦВС;
- 3) Здійснення контролю за впровадженням та реалізацією технології теоретичної підготовки в ЦВС;
- 4) Забезпечення максимально високого рівня ефективності технології, що можливий при найнижчих матеріальних витратах під час використання в масовій практиці;
- 5) Можливість введення технології теоретичної підготовки в ЦВС щодо створення умов для самоактуалізації, саморозвитку та творчої діяльності спортсмена та тренера-викладача;
- 6) Здійснення контролю успішності діяльності тренера та спортсменів у процесі реалізації технології [389, 426, 593].

Принцип уніфікації теоретичної підготовки в ЦВС полягає у приведенні до єдиного стандарту структури та змісту теоретичної підготовки у групі ЦВС та спортивних дисциплінах, а також критеріїв контролю її рівня в усіх спортивних школах країни

Основними методичними положеннями цього принципу є:

1. **Забезпечення** єдиної структури та змісту теоретичної підготовки в групі ЦВС та спортивних дисциплінах в усіх спортивних школах країни.
2. **Забезпечення** оптимальних варіантів форм і методів проведення навчально-тренувальних занять із теоретичної підготовки в групі ЦВС.
3. **Встановлення** єдиних вимог, критеріїв контролю та оцінювання рівня теоретичної підготовленості у групі ЦВС в усіх спортивних школах країни.
4. **Надання** можливості виявлення та порівняння рівня теоретичної підготовленості спортсменів із конкретного розділу або теми програми в різних спортивних школах країни [275].

Структуровано *функції* теоретичної підготовки в ЦВС, а саме: конкретизації, стандартизації, організації, професійної орієнтації та спеціалізація спортсмена [69].

Функція конкретизації полягає в уточненні, деталізації, та оптимізації структури і змісту теоретичної підготовки для певного виду спорту з групи ЦВС з яких форм та методів проведення занять та контролю її рівня. Вона передбачає процес специфікації теоретичної підготовки у групі ЦВС та спортивних дисциплінах. Це передбачає введення у зміст теоретичної підготовки та надання пріоритету тим знанням, які пов'язані з особливостями змагальної та тренувальної діяльності в конкретній групі виду спорту або спортивних дисциплін, та, водночас, підбір найбільш ефективних для цієї групи видів спорту засобів та методів теоретичної підготовки.

На нашу думку, значущість цієї функції буде зростати, починаючи з етапу СМД зважаючи на те, що саме на цьому етапі багаторічного спортивного вдосконалення процес підготовки набуває спеціального характеру, тобто спортсмени визначаються зі спеціалізацією в певному виді змагальної діяльності [39, 454, 455].

Функція стандартизації передбачає приведення до єдиного стандарту (зразку або моделі) структури і змісту теоретичної підготовки у виді спорту групи ЦВС для суб'єктів реалізації теоретичної підготовки.

За своїм призначення ця функція сприяє:

- економичності процесу теоретичної підготовки за часом та коштами, які витрачаються на підготовку;
- дотриманню технології навчально-тренувального процесу з теоретичної підготовки;

- забезпеченню надійності результатів (оскільки запропонована структура, зміст та моделі занять із теоретичної підготовки були багаторазово перевірені на практиці);

- спрощенню контролю рівня теоретичної підготовленості спортсменів [477, 654].

Функція організації передбачає створення структури та дотримання виконання послідовних заходів і дій під час планування та проведення навчально-тренувальних занять із теоретичної підготовки спортсменів на всіх етапах багаторічного спортивного вдосконалення.

Структура навчально-тренувального заняття залежить від таких його компонентів: спрямованість, тривалість, щільність, характер та тривалість відпочинку. Отже, функція організації реалізується шляхом визначення завдань заняття, створення сприятливих умов, за яких спортсменів усвідомлюють ці завдання, чіткого розподілу функцій між спортсменами під час організації практичних робіт, вмінням здійснювати короткі інструктажі про їхню діяльність на занятті, через надання своєчасної допомоги спортсменам під час виконання навчально-тренувальних завдань, а також шляхом організації взаємодопомоги спортсменів на занятті. При цьому нехтування такими етапами організації навчально-тренувального процесу, як інструктаж, надання допомоги під час занять та організація раціональної взаємодопомоги, значно знижує його ефективність [642].

Функція організації теоретичної підготовки спортсменів складається з двох структур, що є тісно взаємопов'язаними: це структура управління процесом теоретичної підготовки, яка координує контроль за теоретичною підготовленістю спортсменів, та структура організації навчально-тренувальних занять, що відповідає її меті та завданням.

Форма організації навчально-тренувального процесу є спільною діяльністю тренера-викладача і спортсменів, що здійснюється в певному порядку і встановленому режимі. Ця діяльність, отже, є цілеспрямованою організацією спілкування в процесі їх взаємодії та характеризується розподілом організаційних функцій, добром і послідовністю виконання навчальної роботи та режимом – часовим і просторовим.

Реалізація організаційної функції теоретичної підготовки спортсменів формуванню готовності тренера-викладача до:

- управління навчально-тренувальним процесом із теоретичною підготовкою в певній групі видів спорту або спортивних дисциплін;
- визначення мети діяльності й завдань для її досягнення;

- **визначення** послідовності виконання завдань;
- **визначення** алгоритму виконання діяльності;
- **визначення** плану діяльності у зв'язку зі зміною умов виконання;
- **визначення** результатів діяльності.

Реалізація організаційної функції теоретичної підготовки сприяє **виконанню** у спортсменів:

- **розуміння** мети та завдань діяльності, визначеної тренером-викладачем;
- **розуміння** цінності часу та вміння його розподіляти;
- **здатності** працювати в різному темпі;
- **здатність** зосереджувати увагу на одному об'єкті навчально-тренувальної діяльності;
- **здатність** розподіляти увагу між різними об'єктами навчально-тренувальної діяльності;
- **здатність** здійснювати навчально-тренувальну діяльність у взаємодії (у парі, малій групі);
- **здатність** прогнозувати результат власної діяльності, докладати зусилля для його досягнення [696].

Послідовність дій тренера-викладача у плануванні структури **тренувальних** навчально-тренувальних занять із теоретичної підготовки **має бути** так:

- **розробити** мету та завдання заняття;
- **визначити** напрями діяльності з реалізації поставлених завдань;
- **визначити** обов'язки та повноваження спортсменів та тренера на занятті;
- **доручити** виконання певних завдань конкретним спортсменам [356, 556, 642, 696].

Функція професійної орієнтації спрямована на формулювання у **спортсменів** здатності до передачі теоретичних знань. Це в перспективі **має стати** базу для оволодіння ним навичками інструктора з обраного **виду спорту** чи професією тренера-викладача.

Реалізація функція професійної-орієнтації формує:

- 1) **загальні та спеціальні** знання з теоретичної підготовки;
- 2) **інформаційний апарат**;
- 3) **здатність** оволодіння та використання на практиці різноманітних **методів, прийомів та засобів** теоретичної підготовки з метою **передачі** теоретичних знань спортсменам.

Ця функція реалізується поступово на кожному етапі багаторічного спортивного вдосконалення і передбачає використання засобів і методів теоретичної підготовки в спорті.

Функція самовдосконалення спортсмена сприяє процесу переходу від одного рівня розвитку до іншого як діалектичної залежності (виникнення і зникнення) появи, розвитку та завершення спортивної діяльності спортсмена [556].

Реалізація вказаної функції передбачає здійснення розумових операцій, за допомогою яких здобуваються знання, які, у свою чергу, сприяють розвитку мислення, мовлення, ціннісно-мотиваційної, емоційно-вольової та діяльнісно-поведінкової сфер особистості. Усе зазначене сприяє готовності спортсмена до самостійної організації своєї діяльності відповідно до поставлених завдань різного рівня складності [379].

Здобуття індивідуального досвіду самостійного оволодіння теоретичними знаннями дозволяє спортсмену самостійно визначити мету пізнавальної діяльності, планувати власну діяльність, організовувати свою працю для досягнення мети, обирати засоби для розв'язання задач та виконувати необхідні для цього дії в певній послідовності, усвідомлювати свою діяльність та прагнути до самовдосконалення, мати навички самооцінки та самоконтролю [379].

Прогнозується, що з підвищенням спортивної майстерності спортсменів у ЦВС від етапу до етапу буде підвищуватися їх рівень теоретичної підготовленості з обраного виду спорту [379, 482, 556].

У нашій роботі, пов'язаній із теоретичною підготовкою в ЦВС загалом щодо методів і засобів ми погоджуємося з висновками та використовуємо наукові підходи, розроблені професором М. П. Пітивецьким, які запропоновано в якості засад теоретичної підготовки в спорті [295, 482, 720].

Проте варто наголосити на кількох важливих та об'єктивних чинниках, які визначають актуальність наших наукових досліджень та потребу в подальших розвідках у цьому напрямі.

У наявних дослідженнях, здійснених дотепер фахівцями у спорті, здебільшого лише окреслено наявність певних засобів та методів теоретичної підготовки. Так, у роботі І. Г. Максименко (2012) здійснено спробу підвищення ефективності процесу підготовки юних спортсменів у спортивних іграх шляхом використання ІТ [346]. Розроблена С. Белим (2005) та впроваджена в навчально-тренувальний процес експериментальна методика оцінки техніко-тактичної підготовленості кікбоксерів шляхом застосування комп'ютерної програмно-апаратної системи [346].

рівня теоретичної підготовленості спортсменів [33].
У роботі [2009] представлено дев'ять структурних блоків теоретичної підготовки для юних важкоатлеток [422]. У роботах О. Р. Задорожної (2015) використані ігровий та змагальний методи та алгоритмізовані ігрові засоби та тренажер «ГТТ» [230].

У свою чергу, М. П. Пітин обґрунтував методи та засоби теоретичної підготовки, описані на другому рівні концепції. Для підвищення рівня теоретичної підготовки стрільців з лука на етапі ПП вчений розробив методику з застосуванням ігрових засобів, а для спортсменів, які займаються важкою атлетикою, на етапах ПдВД та МРІМ – інформаційний метод з застосуванням спеціальних засобів (програм-спайдерів), за допомогою яких спортсмени мали можливість швидко знаходити необхідну інформацію з мережі Інтернет.

Наукові дані не містять інформації щодо специфікації засобів та методів теоретичної підготовки в напрямку цих видів спорту, зокрема ЦВС. Проте потреба в цьому насамперед фундаментальними роботами із загальної теорії [344, 454, 455]. Так, Л. П. Матвеев передусім наголошує на тому, що специфічність знаходиться в закономірній залежності від спеціалізації» [360]. Учений наполягає на звуженні меж окремих змагальних дисциплін (у ЦВС), або до меж виду спорту (в ігрових видах спорту). Також він підкреслює характер профілювання спортивної діяльності.

Значні розбіжності у структурі змагальної діяльності та підготовки спортсменів не лише в різних видах спорту, а й у змагальній діяльності в межах одного виду спорту [454, 455].

А. Ю. Дяченко (2005) [206], В. В. Строкатов, Ю. А. Бріскін, М. П. Пітин, І. В. Савська (2016–2020) [84, 87, 88, 90, 91].

ефективності використання засобів теоретичної підготовки з огляду на те, що саме на окремих етапах багаторічної підготовки, в тому числі в різних видах спорту та щодо різних блоків змістового наповнення.

Зокрема в науково-методичній літературі ефективність засобів теоретичної підготовки в спорті стосується швидко-силових [422, 446], ігрових [346], координаційних видів спорту [446] та єдиноборств [33, 230]. Разом

із тим, даних стосовно розробки та впровадження засобів теоретичної підготовки для ЦВС у наявних джерелах не знайдено.

Ідея засобу теоретичної підготовки полягала у створенні довершених знарядь та прийомів у тренувальних вправах, що сприятимуть передачі, опрацюванню, усвідомленню та накопиченню знань спортсменів з обраного виду спорту на різних етапах підготовки спортсменів.

Зміст спеціально створених засобів містить інформацію, яка дає можливість формування у спортсменів спеціальних знань, потрібних для успішної спортивної діяльності.

Реалізація засобів теоретичної підготовки передбачає процес упровадження спеціально розроблених прийомів, дій, знарядь у навчально-тренувальні заняття з метою досягнення необхідного рівня теоретичної підготовленості з обраного виду спорту.

Результат напрацювання й упровадження розроблених засобів теоретичної підготовки є етапом діяльності, коли визначено наявність переходу якості в кількість і кількості в якість, тобто кінцевий наслідок послідовних дій, спрямованих на досягнення певного рівня теоретичної підготовленості спортсменів з обраного виду спорту.

Як стверджують науковці, ефективність процесу передбачає перевірку з позицій кількісного чи якісного оцінювання. У зв'язку з цим до блоку наших концептуальних положень включено елемент «контроль» як невід'ємний кінцевий рівень теоретичної підготовки в ЦВС.

Наповнення зазначеного елемента нами запозичене з другого (диференційованого рівня), тобто основні положення організаційного та методологічного характеру запозичені з наукового доробку фахівців А. А. Тер-Ованесяна (1986), О. А. Шинкарук (2013), В. М. Платонова (2015), М. Гі. Пітіна (2015) [446, 454, 455, 584, 660]. Наш внесок полягає лише у проведенні певної специфікації з огляду на особливості структури і змісту тренувальної та змагальної діяльності в ЦВС.

Крім зазначеного вище, також нами встановлено, що на сьогодні відсутній алгоритм та технологія впровадження безпосередніх програм теоретичної підготовки в окремих групах видів спорту, спорту обґрунтування яких ми зробили нижче.

4.2. Система підготовки та підвищення кваліфікації кадрів сфери фізичної культури і спорту

Суб'єктами діяльності сфери фізичної культури та спорту згідно закону України «Про фізичну культуру і спорт від 24.12.1993 р.» є зазначені

організаційних інституцій державного та громадського управління, юридичні та фізичні особи тощо.

У фундаментальних наукових роботах В. М. Платонова (2015) [454, 455], В. С. Келлера (1992) [266], А. А. Тер-Ованесяна (1967-1896) [584], С. В. Зубки (2014) [98] та інших вказано, що система підготовки має тісно пов'язані компоненти. Від ефективності взаємодії яких залежить результативність усієї системи підготовки. Це складова персоніфікованої системи підготовки спортсменів, а саме безпосередньо сам спортсмен та тренер як суб'єкт, який визначає генеральний (інколи й усі інші) сектор підготовки спортсменів до головних змагань, структуру та зміст підготовки на різних етапах багаторічного удосконалення тощо.

Водночас роботи науковців із теоретичної підготовки [33, 83, 99, 230, 231, 422, 446, 650] спрямовані виключно на підготовку спортсменів (різного статі, видів спорту тощо) за цим розділом.

Отже, поза увагою дослідників залишається вагомая частина системи теоретичної підготовки, а саме якість та спрямованість підготовки тренера (майбутніх тренерів) у конкретному виді спорту (групі видів спорту).

У зв'язку з цим нами проведено науковий пошук та здійснено аналіз значної кількості теоретичних здобутків фахівців галузі фізичної культури та спорту і суміжних галузей діяльності, пов'язаної з підготовкою власне фахівців для системи підготовки спортсменів.

Так нами було виявлено достатньо складну структуру, що містить не лише підготовки, але й підвищення кваліфікації та атестації кадрів для забезпечення відповідного сегменту діяльності. Зазначений факт ми за допомогою обґрунтування включення та надання характеристики блоку «Підготовки, перепідготовки та підвищення кваліфікації кадрів сфери фізичної культури і спорту» (див. Рис. 5.1).

Як відомо, одним із провідних показників рівня розвитку фізичної культури та спорту в державі є рівень забезпеченості кваліфікованими кадрами. Держава забезпечує підготовку та підвищення кваліфікації кадрів у сфері фізичної культури і спорту [479]. Тому існування відповідних державних органів, які сприяють підготовці кадрів, є одним зі шляхів формування державної політики у сфері фізичної культури і спорту.

Право проводити фізкультурно-оздоровчу та спортивну діяльність належить фахівцям, які мають спеціальну освіту та відповідний освітньо-кваліфікаційний рівень. Тренери та спортивні судді проходять обов'язкову підготовку в порядку, визначеному центральним органом виконавчої влади, що забезпечує формування державної політики у сфері фізичної культури і спорту [479].

Разом із тим, як зазначено у статті 50 Закону України «Про фізичну культуру і спорт» (1994) [479], ЗВО здійснюють наукову і науково-методичну діяльність у сфері фізичної культури і спорту з метою впровадження результатів цієї діяльності у практику роботи закладів фізичної культури і спорту, підготовки наукових кадрів та науково-педагогічних працівників.

Розробляючи концептуальні положення теоретичної підготовки в ЦВС, слід враховувати, що вся відповідальність за підготовку майбутніх тренерів-викладачів лежить на ЗВО. Тому неможливо говорити про теоретичну підготовку спортсменів у ЦВС без здійснення необхідних упроваджень у систему підготовки кадрів. У своїй роботі М. П. Пилипчук зазначає про необхідність упровадження теоретичної складової в підготовку майбутніх тренерів-викладачів, але не конкретизує це питання.

Державну політику у сфері вищої освіти визначає Верховна Рада України, а реалізують Кабінет Міністрів України та центральний орган виконавчої влади у сфері освіти і науки, а також місцеві органи виконавчої влади, органи місцевого самоврядування, які створюють у своєму складі відповідні органи з фізичної культури та спорту (частина 1 статті 3 Закону України «Про вищу освіту» [140]).

Даючи визначення організаційній структурі державного управління розвитком фізичної культури та спорту І. Л. Гасюк виділяє в ній три елементи: стратегічний апекс, лінію середньої ланки, програмно-технічну структуру, функціонально-допоміжну структуру, операційне ядро. Саме до стратегічного апексу автор відносить Верховну Раду України, Президента України, Кабінет Міністрів України, Міністерство молоді та спорту України [139].

До основних повноважень Кабінету Міністрів України у сфері освіти і науки належить забезпечення реалізації державної політики зайнятості населення, розробка та виконання державних програм розвитку фізичної культури і спорту, вирішення питання профорієнтації, підготовки кадрів та наукового забезпечення галузі та ін. [138, 221].

Управління освітою в Україні здійснюється на принципі послідовної діяльності органів державного управління освітою і органів громадського самоврядування. Державними органами управління освітою є Міністерство освіти і науки України та інші міністерства і відомства, які мають навчально-виховні заклади. Підготовка фахівців із фізичної культури і спорту здійснюється двома суб'єктами: Міністерством освіти і науки України та Міністерством молоді та спорту України.

Прямією функцією Міністерства освіти і науки України як головного органу в системі центральних органів виконавчої влади є здійснення формування та реалізація державної політики у сферах освіти, науки, культури, науково-технічної та інноваційної діяльності, трансферу технологій, а також забезпечення державного нагляду (контролю) за діяльністю закладів освіти незалежно від їх підпорядкування форм власності.

До числа завдань Міністерства освіти і науки України входить виконання державних пріоритетів із підготовки та перепідготовки фахівців, підвищення їхньої кваліфікації; розробка програм розвитку вищої освіти (8); проведення аналітично-прогностичної діяльності у сфері вищої освіти та формування напрямів її розвитку з урахуванням науково-технічного прогресу та світового і вітчизняного досвіду (9); розробка та впровадження державних освітніх стандартів із конкретних професій (15); здійснення підготовки і видання підручників, посібників, методичної літератури для закладів освіти (68); участь у реалізації державної політики з фізичного виховання і спорту та забезпечення його розвитку в системі освіти (13); підтримання діяльності учнівських та студентських громадських організацій фізкультурно-спортивної спрямованості; проведення серед учнівської та студентської молоді спортивних заходів, міжшкільних національних збірних команд студентів і учнів із видів спорту (34,35) [438].

Центральним органом державної виконавчої влади у сфері фізичної культури і спорту є Міністерство молоді та спорту України, основною функцією якого є забезпечення реалізації державної політики в галузі фізичної культури і відповідальність за її виконання (частина 1 статті 3 Закону України «Про вищу освіту»). Разом із тим, згідно з положенням про Міністерство одним із головних його завдань є підготовка фізкультурних кадрів [139].

Як зазначено в законі України «Про фізичну культуру і спорт» (від 24.12.1993 р.) та у Положенні про Міністерство молоді та спорту України (від 24 липня 2013 року) (п.34.35.), серед основних завдань Міністерства молоді та спорту України можна виділити: встановлення порядку атестації спортивних тренерів та суддів; участь у підготовці та підвищенні кваліфікації кадрів у сфері фізичної культури і спорту, визначенні пріоритетних напрямів наукових досліджень і проведенні науково-дослідної роботи у цій сфері.

Водночас у Статті 49 вищезазначеного закону вказано, що центральний орган виконавчої влади, який реалізує державну політику у сфері фізичної культури та спорту, бере участь у ліцензуванні та акредитації вищих навчальних закладів, у яких здійснюється підготовка фахівців сфери фізичної культури і спорту, в порядку, визначеному Кабінетом Міністрів України.

На думку вчених, педагогічна технологія професійної підготовки фахівців у галузі фізичної культури є алгоритмом послідовної реалізації спроектованої цілісної системи навчального процесу [316]. При цьому Г. Балахнічова, Л. Завацька, Л. Заремба розділяють фахову підготовку на три етапи: довузівський (вибір професії, формування інтересу до роботи тренера-викладача), вузівська підготовка (оволодіння знаннями, вміннями і навичками професії тренера-викладача), післявузівська підготовка (самовиховання, перепідготовка, перекваліфікація) [21, 316].

Аналіз питання професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту України свідчить про те, що до структури професійної підготовки фахівців фізичного виховання та спорту входять університети, академії, інститути, факультети, коледжі, училища.

Серед основних завдань ЗВО, які вказують на доречність застосування інноваційних методик у підготовці фахівців, можна виділити наступні: здійснення на високому рівні освітньої та наукової діяльності; забезпечення творчої діяльності учасників освітнього процесу; підготовка наукових кадрів вищої кваліфікації і використання отриманих результатів в освітньому процесі; формування особистості шляхом утвердження в учасників освітнього процесу моральних цінностей, громадянської позиції та відповідальності, здорового способу життя, вміння самоорганізовуватися та вільно мислити; забезпечення органічного поєднання в освітньому процесі освітньої, наукової та інноваційної діяльності; поширення знань серед населення, підвищення освітнього і культурного рівня громадян [479].

У вищих навчальних закладах України, які готують фахівців у сфері фізичної культури і спорту, навчальні плани включають такі дисципліни: дисципліни соціально-гуманітарної, фундаментальної, природничо-наукової, професійної та практичної підготовки.

Метою навчання за спеціальністю 017 Фізична культура і спорт у стандарті вищої освіти України зазначено формування у здобувачів здатності розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми в процесі професійної діяльності у сфері фізичної культури і спорту, що передбачає застосування відповідних теорій та методів і характеризується комплексністю та невизначеністю умов [563].

Одним із таких завдань є оволодіння майбутніми тренерами-викладачами умінням передачі теоретичних знань спортсменам. Потребу в цьому підтвердили усі викладачі (100 %), які взяли участь в опитуванні.

При цьому 98,86 % опитаних наполягає на необхідності введення такої у зміст навчальних дисциплін ЗВО матеріал, що містить методику навчання майбутніх тренерів передачі теоретичних знань спортсменам [35].

З метою формування в майбутніх тренерів вміння передачі теоретичних знань спортсменам викладачі ЗВО пропонують використати такі навчальні дисципліни: «Теорія і методика фізичного виховання» (34,36 %), «Основи теорії і методики спортивного тренування» (34,09 %), «Теорія і методика викладання видів спорту» (32,96 %), «Спортивно-педагогічне вдосконалення» (21,59 %), «Теорія і методика спортивної підготовки» (15,91 %) та «Теорія і методика обраного виду спорту» (14,77 %). Водночас серед опитаних викладачів ЗВО існує думка, що з метою формування вміння майбутніх тренерів передавати теоретичні знання спортсменам слід увести окрему навчальну дисципліну (7,95 %) [53, 61, 67].

Крім ЗВО, важливу роль у кадровому забезпеченні відіграють спортивні федерації. У ЦВС діють 7 федерацій: веслування академічного, веслування на байдарках і каное, велосипедного спорту, легкої атлетики, плавання, лижних гонок, ковзанярського спорту.

Спортивні федерації, які є громадськими організаціями фізкультурно-спортивної спрямованості, створені з метою розвитку відповідного виду спорту. Спортивні федерації діють на підставі статуту. Аналіз змісту статутів федерацій із ЦВС дозволив виявити резерв для впровадження теоретичної підготовки в ЦВС на різних етапах багаторічного навчання, який міститься у спільних для федерацій положеннях. Знання з теоретичної підготовки, а також володіння методикою передачі теоретичних знань спортсменам може бути критерієм для атестації кадрів.

Отже, спільним у трактуванні пунктів, які стосуються підготовки та перепідготовки кадрів у статутах федерацій каное, легкої атлетики, велосипедного спорту, плавання [329, 400, 604, 605, 606] є:

- здійснення атестації і сертифікації тренерів та спортивних суддів, контроль їхньої діяльності відповідно до Положень, затверджених Радою Федерації;
- організація та проведення заходів, семінарів, симпозіумів, конференцій, лекцій тощо з підвищення кваліфікації спеціалістів.

Проте у статутах федерацій є й інші положення, які вказують на можливість упровадження технології теоретичної підготовки:

- сприяння провадженню оздоровчої, спортивної, освітньої, наукової та іншої діяльності [604, п. 20.2];

- сприяння взаємодії і співробітництву між суб'єктами спортивної діяльності, запровадження вираженої єдиної політики розвитку та популяризації виду спорту України [604, п. 20.3];

- розробка перспективних планів і програм навчання, підготовки, перепідготовки і підвищення кваліфікації тренерських кадрів із виду спорту, а також вивчення та узагальнення міжнародного досвіду з проблем навчання, підготовки, перепідготовки й підвищення кваліфікації тренерських кадрів [604, п. 21.11, 606, п. 2.3.];

- надання методичної допомоги в організації навчально-тренувального процесу в спортивних школах, секціях, клубах [604, п.21.13];

- удосконалення системи підготовки спортсменів та критеріїв формування збірних команд [604, п.21.16, 605, п. 2.3.];

- вживання заходів із підготовки та перепідготовки тренерських кадрів усіх рівнів та інших фахівців із дитячо-юнацького, аматорського, професіонального спорту [604, п.22.1, 606, п. 2.2.];

- сприяння проведенню наукових досліджень у галузі плавання [606, п. 2.3., 605, п. 2.3.].

У структурі професійної підготовки фахівців із фізичної культури та спорту вагоме місце посідає підвищення кваліфікації тренерів (тренерів-викладачів), яке здійснюється з метою оновлення та поглиблення їхніх спеціальних знань та вмінь, підвищення освітнього та професійного рівня підготовки для збільшення ефективності виконання ними посадових обов'язків та перспективи їхнього професійного зростання [471].

Курси підвищення кваліфікації організовуються ЗВО, які мають право на здійснення освітньої діяльності у сфері вищої освіти на першому рівні вищої освіти з підвищення кваліфікації за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» або всеукраїнські спортивні федерації із статусом національної спортивної федерації з відповідного виду спорту, якщо це передбачено їхньою статутною діяльністю. Проходження курсів підвищення кваліфікації тренерами (тренерами-викладачами) передбачено один раз на п'ять років [473].

Серед основних завдань підвищення кваліфікації тренерів (тренерів-викладачів) визначено оволодіння, оновлення та поглиблення спеціальних фахових, викладацьких, психологічних, науково-методичних

...правових та соціально-гуманітарних знань, вивчення ... та зарубіжного досвіду у сфері фізичної культури і спорту, що ... якісному виконанню ними своїх посадових обов'язків тощо [471, ...]

Розробка та затвердження навчальних планів та програм здійснюється ... пропозицій спортивних федерацій організаторами курсів ... кваліфікації [471, п.8].

Срок навчання з підвищення кваліфікації тренерів та фахівців ... не менше 2,5 кредитів ЄКТС (75 академічних годин).

У більшості вищих навчальних закладів, які організовують курси ... кваліфікації для тренерів (тренерів-викладачів), програма ... передбачає вивчення: планування, прогнозування, ... процесу підготовки спортсменів; медико-біологічних ... підготовки спортсменів; технологій із удосконалення фізичної, ... та психологічної підготовки, функціональної ... та позатренувальні фактори; методології досліджень у фізичній ... і спорті; методів управління сферою фізичного виховання і спорту ...]

З метою оцінки професійної діяльності тренерів (тренерів- ...), за якою визначається їх відповідність займаній посаді та ... кваліфікаційна категорія, Міністерство молоді та спорту ... проводить атестацію [473].

Серед документів, що подаються до атестаційних комісій, є копія ... про вищу освіту та копія свідоцтва про підвищення кваліфікації ... зразка для тренерів (тренерів-викладачів).

4.3. Технологія теоретичної підготовки в циклічних видах спорту

Термін «технологія» (від грец. Τέχνη – мистецтво, майстерність, ... – «слово», «думка», «сенс», «поняття») означає сукупність ... та інструментів для досягнення бажаного результату [403]. У ... сенсі він тлумачиться як застосування наукового знання для ... практичних завдань [403, 730]. Таким чином, термін «Технологія ... підготовки» ми розуміємо як сукупність методів та ... теоретичної підготовки; формування теоретичної ...

Технологія теоретичної підготовки передбачає розробку та послідовне ... компонентів теоретичної підготовки (засобів, методів,

прийомів, форм контролю) у вигляді системи дій у процес багаторічного спортивного вдосконалення спортсменів, що забезпечує формування їхньої теоретичної підготовленості.

Кожна технологія включає в себе технологічний процес, який складається з послідовного виконання взаємопов'язаних та упорядкованих дій із метою отримання запланованого результату.

Технологічні процеси теоретичної підготовки у підсумку забезпечують досягнення цілеспрямованих дій (обробки та складання первинних даних, опису процесу досягнення запланованих результатів) або одержання необхідної для користувача інформації у вигляді інструкцій, правил, вимог щодо їх виконання [19, 184, 645].

Разом із тим, технологія теоретичної підготовки в ЦВС, як і будь-яка інша, передбачає:

- об'єкт та предмет технологічного впливу (при цьому об'єктом технології теоретичної підготовки в ЦВС є система підготовки спортсменів, а предметом – теоретична підготовка спортсменів у ЦВС у процесі багаторічного спортивного вдосконалення);

- технологічні інструменти, серед яких засоби, прийоми теоретичної підготовки в спорті, за допомогою яких формується теоретична підготовленість спортсменів;

- виконавця технологічних функцій (тренер-викладач);

- рівень технологічного розвитку в суспільстві (існує закономірний взаємозв'язок між розвитком науки і технологій, а на їх основі – виробництва; доведено, що суттєві досягнення в розвитку науки, технологій, технологічних засобів спричиняють якісні перетворення в усіх галузях суспільства [726].

Використання технології теоретичної підготовки в ЦВС дозволяє:

- підвищити ефективність тренувальних занять шляхом розробки та впровадження більш ефективних та економічних засобів теоретичної підготовки;

- зробити передбачувані результат заняття, заздалегідь спрогнозувати та зробити висновки про перебіг процесу застосування технології теоретичної підготовки, динаміку показників рівня теоретичної підготовленості спортсменів та наслідки (результат) її реалізації;

- підвищити активність та зацікавленість спортсменів, що пов'язано з поглибленням знань спортсменів із обраного виду спорту та вмінням застосовувати їх у практичній діяльності.

Специфічними рисами технології теоретичної підготовки в ЦВС є:

- визначення цілей навчально-тренувального процесу;
- орієнтація на поставлені цілі;
- наявність зворотного зв'язку між суб'єктами навчально-тренувального процесу, тобто між тренером-викладачем і спортсменом;
- наявність чітких критеріїв оцінювання рівня теоретичної підготовки на усіх етапах багаторічного спортивного вдосконалення;
- можливість повторного відтворення всіх дій (процесу) теоретичної підготовки іншими тренерами-викладачами в усіх типових спортивних умовах країни без зниження результативності.

На нашу думку, ефективність реалізації технології теоретичної підготовки в ЦВС залежить від:

- орієнтації на особисті мотиви спортсменів до занять обраним видом спорту, тобто відомості про те, що спонукало спортсменів обрати певний вид спорту й викликало у них потребу до регулярних тренувань спричиняє сформувані змістові наповнення теоретичної підготовки в ЦВС, що підсилює прагнення спортсменів до занять обраним видом спорту та спричиняє зростання спортивних досягнень;

- тісного взаємозв'язку між попереднім і наступним заняттями. Кожен окремо взяте заняття розглядається як «сходи́нка» в системі теоретичної підготовки спортсменів; воно повинно бути самостійним, проте не єдиним елементом системи підготовки спортсменів;

- надання можливості спортсменам займатися самостійно, що активізує пізнавальну діяльність, сприяє посиленню прагнення до самостійної та здатності самостійно ставити та досягати своїх цілей, розвитку самосвідомості (здатності до самоаналізу, самооцінки, самоконтролю, самодисципліни та ін.); варіативності у використанні різноманітних засобів, методів, прийомів та форм проведення занять із теоретичної підготовки; інтеграція інформаційних технологій дозволяє оптимізувати навчально-тренувальний процес, що підвищує активність та результативність спортсменів [80, 724];

- забезпечення оптимальної активності спортсменів на заняттях із теоретичної підготовки, що підвищує їхню допитливість, бажання отримувати знання та навички, прискорює запам'ятовування нового матеріалу (705, 707, 737);

- забезпечення оптимальних умов для проведення занять (тобто характерних особливостей середовища, де здійснюється теоретична підготовка спортсменів: місце проведення, забезпечення необхідним обладнанням та інвентарем, організація навчально-

тренувального заняття, склад та кількість групи спортсменів, психологічні умови в ній тощо) [213].

В основі розробки технології теоретичної підготовки спортсменів з ЦВС лежить ідея проектування та керування вище зазначеною підготовкою в процесі багаторічного спортивного вдосконалення.

Критеріями побудови технології теоретичної підготовки вважаємо наступні:

- концептуальність (спирається на концепцію теоретичної підготовки в спорті та концептуальні положення теоретичної підготовки з ЦВС, що містять обґрунтування досягнення навчально-тренувальних цілей);

- безперервність (технологія теоретичної підготовки повинна бути цілісним процесом (із взаємопов'язаними компонентами) підготовки спортсменів упродовж усього багаторічного спортивного вдосконалення від попереднього до наступного етапу;

- регульованість (керуваність) (передбачає можливість планування, проектування, здійснення контролю за динамікою рівня теоретичної підготовленості на всіх етапах підготовки, варіювання певними засобами та методами теоретичної підготовки з метою її корекції);

- економічна ефективність (сприяє оптимізації процесу теоретичної підготовки та гарантує досягнення високого рівня теоретичної підготовленості спортсменів на всіх етапах багаторічного спортивного вдосконалення за найменших матеріальних та нематеріальних витрат ресурсів);

- стандартизованість (передбачає можливість відтворення технології теоретичної підготовки в усіх спортивних школах (типових установках) країни іншими тренерами-викладачами без утрати результативності).

- взаємозв'язаність (контекстуальність) (можливість вбудованості в реальний навчально-тренувальний процес, відповідність етапу підготовки спортсменів);

- професійність (відображає залежність успішності реалізації спроектованої технології теоретичної підготовки від рівня компетентності тренера-викладача) [4, 423, 534].

Разом із тим, ефективність реалізації технології теоретичної підготовки залежить від дотримання тренером-викладачем наступних умов:

- спрямування на інноваційні технології (постійне розширення та збагачення знань про сучасні інноваційні засоби, методи, форми проведення навчально-тренувальних занять);

- ефективності технологічних ресурсів, до яких належать технічні та інформаційні засоби теоретичної підготовки в спорті, забезпечення кваліфікованими кадрами та оптимальними умовами проведення занять;
- уміння планувати майбутню діяльність, що залежить від здатності тренера-викладача заздалегідь визначати порядок дій та розподіляти технологічні ресурси з метою досягнення високого рівня теоретичної підготовленості;
- здійснення самоаналізу власного досвіду та вміння виражати власний досвід у технології, що проявляється у внесенні коректив;
- здатності до самовираження та самореалізації, що проявляється у особистому підході тренера-викладача до проведення занять;
- вміння оновлювати технологію в разі її застарівання, тобто пошуку новітніх інноваційних засобів, методів, форм проведення навчально-тренувальних занять із теоретичної підготовки.

Втілення розробленої технології теоретичної підготовки в ЦВС здійснюється і ланцюгом таких послідовних дій:

- визначення кінцевої мети (для макроциклу, етапу підготовки, усього багаторічного спортивного вдосконалення спортсменів);
- встановлення проміжних цілей (макроциклу, мезоциклу, періоду підготовки спортсменів);
- обґрунтування структури та змісту процесу теоретичної підготовки;
- безпосередню реалізацію технології теоретичної підготовки, що містить необхідні знання з обраного виду спорту та забезпечена відповідними методиками контролю якості підготовки;
- вивчення організаційних умов теоретичної підготовки спортсменів у ЦВС [198].

Таким чином, теоретична підготовка в ЦВС являє собою процес формування у суб'єктів теоретичної підготовки проблемно-орієнтованих знань та компетентностей, щодо спортивної діяльності у групі видів спорту, детермінованої багаторазовим повторенням циклічних рухів та виконання стандартними умовами розв'язання змагальних завдань.

Наукове обґрунтування теоретичної підготовки в ЦВС проведено з урахуванням трьох рівнів наукових знань: парадигмального, концептуального, операційного.

Представлено «Місце концептуальних положень теоретичної підготовки в циклічних видах спорту в системі підготовки спортсменів та підвищенні кваліфікації кадрів сфери фізичної культури і

спорту», що передбачає можливість інтеграції знань щодо теоретичної підготовки в ЦВС в діяльність галузі фізичної культури та спорту (сумісних галузей діяльності), таким чином впливаючи на якість суб'єктно-об'єктних відносин як кінцевий результат алгоритмізованої діяльності, який має виражене якісне та кількісне оцінювання.

Технологія теоретичної підготовки передбачає розробку та послідовне впровадження компонентів теоретичної підготовки (засобів, методів, прийомів, форм контролю) у вигляді системи дій у процес багаторічного спортивного вдосконалення спортсменів, що забезпечує формування їхньої теоретичної підготовленості.

СТРУКТУРА, ЗМІСТ ТА ЕФЕКТИВНІСТЬ АВТОРСЬКИХ ПРОГРАМ ДОСКОНАЛЕННЯ ТЕОРЕТИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ В ЦИКЛІЧНИХ ВИДАХ СПОРТУ (НА ПРИКЛАДІ ВЕСЛУВАННЯ НА БАЙДАРКАХ І КАНОЕ)

5.1. Структура та зміст теоретичної підготовки на різних етапах підготовки спортсменів у циклічних видах спорту

Результати проведеного шляхом анкетування опитування тренерів-викладачів дали можливість виділити найбільш значимі розділи та тематику теоретичної підготовки для різних етапів підготовки спортсменів у ЦВС [52, 62, 87, 687].

До змісту теоретичної підготовки спортсменів на різних етапах підготовки було включено теми, які, на думку тренерів-викладачів, є найбільш затребуваними на кожному з цих етапів, тобто частка тренерів-викладачів, які відмітили запропоновані нами теми як «важливі» і «дуже важливі» склала понад 2/3 опитаних, тобто 66 %.

**5.1.1. Структура та зміст теоретичної підготовки на етапі
початкової підготовки.** На етапі ПП розділ «Історія вашого виду спорту» містить чотири теми. Серед них тему «Історичні аспекти виникнення та розвитку виду спорту в Україні та світі» вважають затребуваною 67,07 % респондентів. Тему «Ваш вид спорту на Іграх Олімпіад» підтримали 73,95 % опитаних. Найбільші відсоткові частки спільних думок тренерів-викладачів (78,05 % та 74,39 %), які відзначили певні теми як «важливі» і «дуже важливі», припадають на теми «Виступи українських спортсменів з вашого виду спорту на Іграх Олімпіад» та «Видатні спортсмени та тренери вашого виду спорту» відповідно.

Розділ «Гуманітарні та соціалізувальні знання у підготовці спортсменів», на думку тренерів-викладачів, на етапі ПП повинен бути представлений темою «Олімпійська освіта», яку підтримали 67,07 % респондентів.

Щодо складників розділу «Зміст спортивної підготовки», на етапі ПП найбільш затребуваною виявилася тема «Формування знань про техніку вашого виду спорту» (81,7 %). Решта запропонованих тем за сумарною оцінкою респондентів («важлива» та «дуже важлива тема») не досягли рівня 50 %.

За розділом «Медико-біологічні основи спортивної підготовки» було обрано дві теми. З них найбільша відсоткова частка спільних думок тренерів-викладачів, що склала 84,14 %, належить темі «Гігієна, загартовування, режим». Водночас 70,73 % опитаних вважають доцільним вивчення теми «Особливості харчування спортсменів».

Серед тем розділу «Матеріально-технічне забезпечення» на етапі ПП респондентами обрано тему «Спортивний інвентар. Правила збереження та експлуатації», якій віддали перевагу 74,39 % опитаних, та «Вимоги до місць проведення занять та змагань», яку визнали затребуваною 67,07 % респондентів.

Розділ «Правила техніки безпеки» за результатами опитування тренерів-викладачів включає три теми. Найважливішою з них 96,35 % опитаних визнали «Правила поведінки під час тренувань та змагань». Тему «Техніка безпеки та дії у критичних ситуаціях» вважають необхідною 84,14 % респондентів, а тему «Травматизм у спорті. Причини виникнення та профілактика» – 74,39 % [62].

На Рисунку 5.1. представлено відсоткове співвідношення обсягу годин, які, на думку тренерів-викладачів, слід відводити для розгляду окремих розділів теоретичної підготовки на етапі ПП.

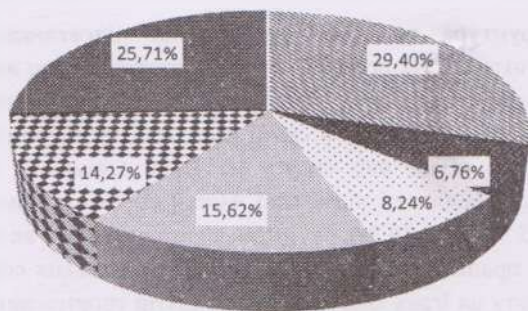


Рис. 5.1. Співвідношення обсягу годин, відведених для розгляду окремих розділів теоретичної підготовки на етапі початкової підготовки, у % (за результатами опитування тренерів-викладачів, n=82):

- «Історія вашого виду спорту»;
- «Гуманітарні та соціалізувальні знання у підготовці спортсменів»;
- «Зміст спортивної підготовки»;
- «Медико-біологічні основи спортивної підготовки»;
- «Матеріально-технічне забезпечення»;
- «Правила техніки безпеки».

3.2.2 Структура та зміст теоретичної підготовки на етапі попередньої базової підготовки. За результатами опитування тренерів, на етапі попередньої базової підготовки розділ «Історія вашого виду спорту» містить три теми. Так, тему «Ваш вид спорту на Іграх Олімпіад» обрало 73,17 % респондентів. Водночас на цьому етапі, як і на попередньому, найбільші відсоткові частки спільних думок тренерів-викладачів становлять 79,27 % та 78,05 %, що припадають на теми «Виступи найкращих спортсменів з вашого виду спорту на Іграх Олімпіад» та «Відомі спортсмени та тренери з вашого виду спорту» відповідно.

Розділ «Гуманітарні та соціалізувальні знання у підготовці спортсменів», на думку тренерів-викладачів, на етапі попередньої базової підготовки може бути представлений темою «Спортивна термінологія» (82,71 %).

За розділом «Зміст спортивної підготовки» на етапі ПБП, як і на ПП, найбільш потребуваною виявилися теми «Формування знань про техніку виду спорту» та «Формування знань про особливості фізичної підготовки спортсменів», яким віддали перевагу 92,68% та 81,71 % респондентів відповідно.

Ця тема розділу «Загальні основи підготовки спортсменів», 70,71 % тренерів-викладачів для даного етапу підготовки обрали темою «Високотехнологічне обладнання».

Розділ «Фізична діяльність», на думку опитаних, повинен бути представлений темою «Правила та суддівство спортивних змагань», що відображається значною відсотковою часткою у 68,30 % спільних думок тренерів-викладачів.

Найбільшу кількість тем для етапу попередньої базової підготовки тренерів обрали за розділом «Медико-біологічні основи спортивної підготовки». До необхідних тем цього розділу, згідно результатів опитування, тренери-викладачі обрали «Медичний контроль та діагностика» (78,05 %), «Гігієна, загартовування, режим» (91,47 %), «Вплив факторів зриву на організм спортсмена» (76,83 %) та «Особливості тренування спортсменів» (82,92 %).

За розділом «Матеріально-технічне забезпечення» на етапі попередньої базової підготовки до вивчення пропонуються три теми. Тему «Спортивний інвентар. Правила збереження та експлуатації» відзначили як найбільш потрібну 80,49 %, а такі теми, як «Вимоги до місць проведення занять та місць проживання» та «Екіпіровка спортсмена» обрали, відповідно, 75,61 % та 72,34 % тренерів.

Разом із тим, найбільші відсоткові частки спільних думок тренерів-викладачів на етапі попередньої базової підготовки вказують на необхідність вивчення тем за розділом «Правила техніки безпеки». Так 98,79 % опитаних наголошують на вивченні теми «Правила поведінки під час тренувань та змагань», 81,78 % респондентів вважають затребуваною тему «Надання першої допомоги», по 87,80 % опитуваних дотримуються тієї ж думки стосовно тем «Техніка безпеки та дії у критичних ситуаціях» та «Травматизм у спорті. Причини виникнення та профілактика».

На Рисунку 5.2. представлено відсоткове співвідношення обсягу годин, які, на думку тренерів-викладачів, слід відводити для розгляду окремих розділів теоретичної підготовки на етапі попередньої базової підготовки.

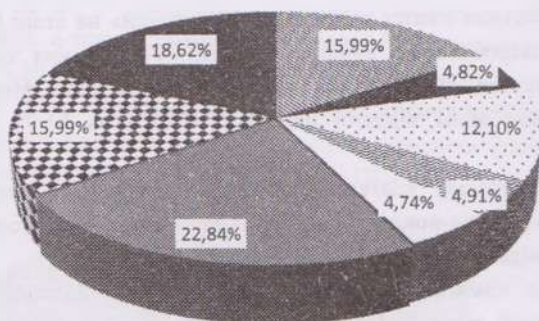


Рис. 5.2. Відсоткове співвідношення обсягу годин, відведених для розгляду окремих розділів теоретичної підготовки на етапі попередньої базової підготовки (за результатами опитування тренерів-викладачів, n=82):

-  «Історія вашого виду спорту»;
-  «Гуманітарні та соціалізувальні знання у підготовці спортсменів»;
-  «Зміст спортивної підготовки»;
-  «Загальні основи підготовки спортсменів»;
-  «Змагальна діяльність»;
-  «Медико-біологічні основи спортивної підготовки»;
-  «Матеріально-технічне забезпечення»;
-  «Правила техніки безпеки».

5.1.1. Структура та зміст теоретичної підготовки на етапі спеціалізованої базової підготовки. На відміну від попередніх двох етапів підготовки, значення розділу «Історія вашого виду спорту» для етапу спеціалізованої базової підготовки, за результатами проведених анкетувань, знизилася. Так, на цьому етапі на вивченні теми «Виступи українських спортсменів з вашого виду спорту на Іграх Олімпіад» відповіли 71,96 % респондентів, на темі «Видатні спортсмени та тренери вашого виду спорту» – 68,29 %.

Для етапу спеціалізованої базової підготовки за розділом «Функціональні та соціалізувальні знання у підготовці спортсменів» тренером було обрано дві теми. Так, на вивченні теми «Олімпійська система тренувань» 74,39 % опитаних тренерів-викладачів, а темі «Спортивна психологія» віддали перевагу 82,92 % респондентів.

Розділ «Зміст спортивної підготовки» на етапі спеціалізованої базової підготовки представлений п'ятьма темами. Так, тема «Формування знань про техніку виду спорту» знайшла підтримку у найбільшій частині опитаних, а саме 97,56 %. Темі «Формування знань про тактику виду спорту» та «Формування знань про особливості фізичної підготовки спортсменів» необхідною для вивчення на даному етапі назвали по 92,68 % респондентів. Темі «Знання з інтегральної підготовки» та «Знання з психологічної підготовки» обрали 75,61 % і 82,92 % учасників опитування.

За розділом «Загальні основи підготовки спортсменів» обрано шість тем. «Вплив тренування та його вплив на організм спортсменів» (92,69 %), «Адаптація до фізичних навантажень та умов зовнішнього середовища» (87,81 %), «Енергозабезпечення м'язової діяльності» (82,92 %), «Втома та відновлення» (89,02%), «Засоби, методи та принципи спортивної підготовки» (69,51 %), «Формування функціональних систем» (75,61 %).

Розділ «Планування підготовки спортсменів» на етапі спеціалізованої базової підготовки представлений чотирма темами. Серед них найбільш популярною є тема «Ведення спортивного щоденника», яку обрали 82,92 % респондентів. Тему «Періодизація підготовки спортсменів» назвали ефективною на даному етапі підготовки 67,07 % опитаних, а темам «Особливості побудови річної підготовки у вашому виді спорту» та «Формування програм тренувальних занять» віддали перевагу по 68,29 % респондентів відповідно.

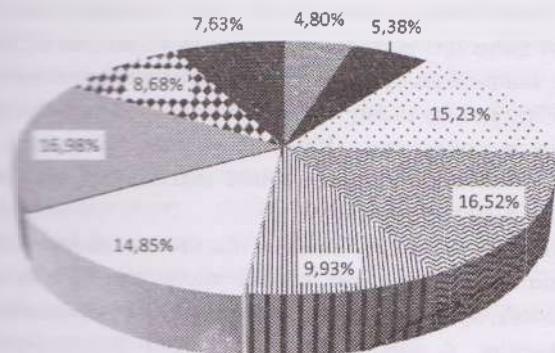
Розділ «Змагальна діяльність», згідно думок респондентів, на етапі спеціалізованої базової підготовки повинен включати п'ять тем. Найбільш затребуваною з них – «Правила та суддівство спортивних змагань» – визнали 91,46 % тренерів-викладачів. Водночас, як свідчать показники результатів опитування, не менш важливими визнано такі теми, як «Структура змагальної діяльності» (89,03 %), «Види спортивних змагань» (87,81 %), «Умови змагань, які впливають на змагальну діяльність спортсменів» (86,59 %), «Єдина спортивна класифікація України, спортивні розряди та звання» (79,27 %).

Розділ «Медико-біологічні основи спортивної підготовки» включає сім тем. Найбільш затребуваними з них виявилися теми «Медичний контроль та самоконтроль» та «Основні засоби відновлення», на які припали однакові відсоткові частки відповідей опитаних – по 93,91 %. Не менш важливою темою 92,68 % респондентів визнали «Особливості харчування спортсменів». Значимість інших тем цього розділу також є високою: так, тему «Гігієна, загартовування, режим» обрали 86,58 % респондентів; теми «Медикаментозне забезпечення» – 74,39 %, «Відомості про будову та функції організму людини» – 70,73 %, «Вплив фізичних вправ на організм спортсмена» – 78,04 %.

За розділом «Матеріально-технічне забезпечення» на етапі спеціалізованої базової підготовки тренерами-викладачами було обрано три теми. Серед них найбільш затребуваною є тема «Екіпіровка спортсмена», про що свідчить значна відсоткова частка: 92,69 % спільних думок опитаних. Теми «Спортивний інвентар. Правила збереження та експлуатації» та «Вимоги до місця проведення занять та змагань» на зазначеному етапі обрали, відповідно, 76,83 % та 84,15 % опитаних.

На відміну від попередніх етапів підготовки, згідно отриманих даних, потреба у розділі «Правила техніки безпеки» на етапі спеціалізованої базової підготовки помітно знижується. За цим розділом перевагу було віддано трьом темам: «Надання першої допомоги» (79,26 %), «Техніка безпеки та дії у критичних ситуаціях» (67,07 %) та «Травматизм у спорті. Причини виникнення та профілактика» (76,83 %).

На Рисунку 5.3. представлено відсоткове співвідношення обсягу годин, які, на думку тренерів-викладачів, слід присвячувати розгляду окремих розділів теоретичної підготовки на етапі спеціалізованої базової підготовки.



Діа. 5.3. Співвідношення обсягу годин, відведених для розгляду окремих розділів теоретичної підготовки на етапі спеціалізованої фахової підготовки, у % (за результатами опитування тренерів-викладачів, $n=62$):

- «Історія виду спорту»;
- «Фундаментальні та соціалізувальні знання у підготовці спортсменів»;
- «Зміст спортивної підготовки»;
- «Фізичні основи підготовки спортсменів»;
- «Спеціалізована підготовка спортсменів»;
- «Спортивна діяльність»;
- «Фізико-біологічні основи спортивної підготовки»;
- «Методично-технічне забезпечення»;
- «Система техніки безпеки».

5.1.4. Структура та зміст теоретичної підготовки на етапі підготовки до вищих досягнень. На етапі підготовки до вищих досягнень розділ «Фундаментальні та соціалізувальні знання у підготовці спортсменів» представлений трьома темами: «Основні проблеми розвитку виду спорту в Україні та світі на сучасному етапі», яку обрали 69,51 % респондентів, «Спортивна термінологія» – 79,27 %, «Діяльність Міжнародного олімпійського комітету (МОК), Національного олімпійського комітету (НОК), національних та міжнародних спортивних федерацій» – 68,3 %.

На попередньому етапі, розділ «Зміст спортивної підготовки» на етапі підготовки до вищих досягнень представлений п'ятьма темами. Найменш відсоткові частки спільних думок тренерів-викладачів, які визначені нижче теми ефективними, на цьому етапі значно перевищують усі попередні показники.

Так, теми «Формування знань про техніку виду спорту» та «Формування знань про тактику виду спорту», обрали по 97,56 % опитаних. Тему «Формування знань про особливості фізичної підготовки спортсменів» визнали необхідною на цьому етапі підготовки усі тренери-викладачі, які взяли участь в опитуванні (100 %), а теми «Знання з інтегральної підготовки» та «Знання з психологічної підготовки» обрали, відповідно, 95,12 % і 96,34 % респондентів.

За розділом «Загальні основи підготовки спортсменів» на етапі підготовки до вищих досягнень обрано шість тем. При цьому відсоткові частки спільних думок тренерів викладачів, які доводять необхідність їхнього вивчення, є найбільшими порівняно з попередніми етапами підготовки.

Так, тему «Втома та відновлення» обрали 98,78 % респондентів, теми «Навантаження та його вплив на організм спортсменів» та «Засоби, методи та принципи спортивної підготовки» – по 95,12 %, тему «Основи адаптації до фізичних навантажень та умов зовнішнього середовища» – 93,9 %, «Енергозабезпечення м'язової діяльності» – 92,68 %, «Формування функціональних систем» – 90,24 % опитаних.

Розділ «Планування підготовки спортсменів» на етапі підготовки до вищих досягнень, представлений вісьмома темами. Серед них найбільш затребуваними визнано теми: «Особливості побудови річної підготовки у вашому виді спорту», яку підтримали 98,78 % опитаних, «Періодизація підготовки спортсменів» та «Ведення спортивного щоденника», яким віддано по 96,34 % позитивних думок, і темам «Особливості побудови програм мікро- та мезоциклів» та «Побудова програм тренувальних занять» віддали перевагу по 93,9 % опитуваних.

Разом із тим, не менш значними виявилися відсоткові частки спільних думок респондентів стосовно тем «Відбір та орієнтація в системі багаторічної підготовки» (82,93 %), «Моделювання в спорті» (84,14 %) та «Прогнозування в спорті» (81,7 %).

Розділ «Змагальна діяльність» на етапі підготовки до вищих досягнень, представлений шістьма темами. Як і на попередньому етапі, найбільш затребуваною залишається тема «Правила та суддівство спортивних змагань», яку підтримали 93,9 % респондентів. Водночас, значними є відсоткові частки спільних думок респондентів, які підтримали теми «Види спортивних змагань» (79,27 %), «Умови змагань, які впливають на змагальну діяльність спортсменів» (89,03 %), «Структура змагальної діяльності» (81,71 %), «Єдина спортивна класифікація України, спортивні розряди та звання» (84,14 %), «Основні документи з виду спорту» (76,82 %).

Результати «Медико-біологічні основи спортивної підготовки» на етапі підготовки до вищих досягнень представлений сімома темами. Найбільш популярними з них тренери-викладачі визнали «Медицинний контроль та діагностику» та «Основні засоби відновлення», які підтримали 100 % респондентів.

Далі йшло ж, 97,56 % респондентів наполягають на ефективності навчання на зазначеному етапі теми «Особливості харчування спортсменів», 92,68 % – теми «Медикаментозне забезпечення», 76,82 % навчання перевагу темі «Вплив фізичних вправ на організм спортсмена», по 68,18% – темам «Гігієна, загартовування, режим» та «Відомості про будову та функції організму людини».

В результаті «Матеріально-технічне забезпечення» на етапі підготовки до вищих досягнень тренерами-викладачами найбільша частка спільних тем респондентів припала на тему «Екіпіровка спортсмена» (80,48 %).

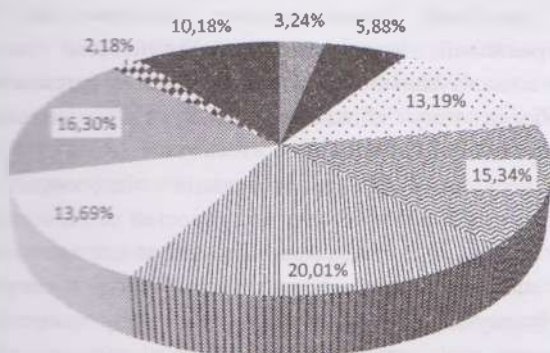


Рис. 5.4. Співвідношення обсягу годин, відведених для розгляду окремих розділів теоретичної підготовки на етапі підготовки до вищих досягнень, у % (за результатами опитування тренерів-викладачів, n=40).

- «Історія вашого виду спорту»;
- «Гуманітарні та соціалізувальні знання у підготовці спортсменів»;
- «Швидкості спортивної підготовки»;
- «Загальні основи підготовки спортсменів»;
- «Вивчення підготовки спортсменів»;
- «Загальна діяльність»;
- «Медико-біологічні основи спортивної підготовки»;
- «Матеріально-технічне забезпечення»;
- «Безпека техніки безпеки».

Потреба у вивченні тем за розділом «Правила техніки безпеки» на етапі підготовки до вищих досягнень, порівняно з попереднім етапом підготовки, значно зростає. Так, на теоретичній значимості теми «Правила поведінки під час тренувань та змагань» наголошують 89,02 % респондентів, тему «Надання першої допомоги» обрали 95,12 % опитуваних, тему «Техніка безпеки та дії у критичних ситуаціях» – 92,68 %, «Травматизм у спорті. Причини виникнення та профілактика» – 98,78 % анкетованих.

На Рисунку 5.4. представлено відсоткове співвідношення обсягу годин, які, на думку тренерів-викладачів, слід відводити для розгляду окремих розділів теоретичної підготовки саме на етапі підготовки до вищих досягнень.

5.1.5. Структура та зміст теоретичної підготовки на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей. На етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей за розділом «Гуманітарні та соціалізувальні знання у підготовці спортсменів» 68,29 % респондентів обрали тему «Діяльність МОК, НОК, національних та міжнародних спортивних федерацій».

Значення розділу «Зміст спортивної підготовки» на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей залишається високим. На цьому етапі тренерами-викладачами важливими для вивчення визнано п'ять тем: «Формування знань про техніку виду спорту» (92,68 % респондентів), «Формування знань про тактику виду спорту» (93,9 %), «Формування знань про особливості фізичної підготовки спортсменів» (98,78 %), «Знання з інтегральної підготовки» (96,35 %), «Знання з психологічної підготовки» (98,78 %).

Затребуваність тем за розділом «Загальні основи підготовки спортсменів» на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей також залишається на доволі високому рівні. За цим розділом респондентами обрано шість тем, серед яких: «Навантаження та його вплив на організм спортсменів» та «Основи адаптації до фізичних навантажень та умов зовнішнього середовища» (по 87,8 % спільних думок опитаних), «Енергозабезпечення м'язової діяльності» (95,12 %), «Втома та відновлення» (93,9%), «Засоби, методи та принципи спортивної підготовки» (96,34 %), «Формування функціональних систем» (93,91 %).

Як і на попередньому етапі підготовки розділ «Планування підготовки спортсменів» на етапі максимальної реалізації індивідуальних

можливостей, представлений вісьмома темами. Серед них найбільш затребуваними є теми «Особливості побудови річної підготовки у вашому виді спорту» та «Особливості побудови програм мікро- та мезоциклів», які підтримали 100 % опитаних.

Відсотковий розподіл часток думок, відданих за решту тем, виглядає так: тема «Періодизація підготовки спортсменів» – 96,34 %, «Побудова програм тренувальних занять» – 98,78 %, «Відбір та орієнтація в системі багаторічної підготовки» – 85,37 %, «Моделювання в спорті» – 91,46 %, «Організування в спорті» – 92,69 %, «Ведення спортивного щоденника» – 95,12 % голосів респондентів.

Розділ «Змагальна діяльність» на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей представлений шістьма темами. Як і на двох попередніх етапах підготовки найбільш затребуваною тут залишається тема «Фізика та суддівство спортивних змагань», яку підтримали 93,9 % респондентів.

Разом із тим, 87,81 % опитаних вважають доцільним для вивчення тему «Основні документи з виду спорту», 84,14 % – тему «Єдина спортивна конфедерація України, спортивні розряди та звання», 79,27 % обрали тему «Фізика змагань, які впливають на змагальну діяльність спортсменів», 75,38 % – «Структура змагальної діяльності», 67,07 % – «Види спортивних змагань».

Як і на двох попередніх етапах, на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей розділ «Медико-біологічні основи спортивної діяльності» включає чотири теми. Найбільш затребуваними з них залишаються теми «Медицинний контроль та самоконтроль», «Основні засоби фізичного тренування» та «Медикаментозне забезпечення», яким віддали перевагу по 93,71 % опитаних. Водночас, тему «Особливості харчування спортсменів» вважають ефективною на цьому етапі підготовки 96,34 % респондентів.

Потреба у вивченні тем за розділом «Правила техніки безпеки» на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей залишається актуальною. За цим розділом обрано чотири теми: «Правила поведінки під час змагань та змагань» – 73,17 %, «Надання першої допомоги» – 96,35 %, «Правила безпеки та дії у критичних ситуаціях» – 86,59 %, «Травматизм у спорті. Причини виникнення та профілактика» – 98,78 % голосів респондентів.

На Рисунку 5.5. представлено відсоткове співвідношення обсягу тем, які, на думку тренерів-викладачів, слід відводити для розгляду окремих розділів теоретичної підготовки на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей.

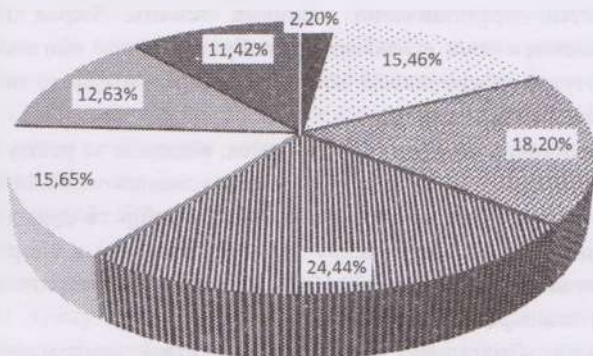


Рис. 5.5. Співвідношення обсягу годин, відведених для розгляду окремих розділів теоретичної підготовки на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей, у % (за результатами опитування тренерів-викладачів, $n=82$):

- «Гуманітарні та соціалізувальні знання у підготовці спортсменів»;
- ▨ «Зміст спортивної підготовки»;
- ▩ «Загальні основи підготовки спортсменів»;
- ▧ «Планування підготовки спортсменів»;
- «Змагальна діяльність»;
- ▦ «Медико-біологічні основи спортивної підготовки»;
- «Правила техніки безпеки».

5.1.6. Структура та зміст теоретичної підготовки на етапах збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень. На етапах збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень розділ «Зміст спортивної підготовки» представлений п'ятьма темами, серед яких темі «Формування знань про техніку виду спорту» віддали перевагу 67,08 % респондентів, темі «Формування знань про тактику виду спорту» – 73,17 %, темі «Формування знань про особливості фізичної підготовки спортсменів» – 79,26 %, темі «Знання з інтегральної підготовки» – 86,59 % і «Знання з психологічної підготовки» – 90,25 %.

Затребуваність тем за розділом «Загальні основи підготовки спортсменів» на етапах збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень залишається на високому рівні. За цим розділом респондентами обрано шість тем: «Навантаження та його вплив

«Основи адаптації до фізичних навантажень та впливу зовнішнього середовища», яким віддали перевагу по 69,52 % опитаних, «Енергозабезпечення м'язової діяльності» – 76,83 %, «Втома та відновлення» – 82,93%, «Засоби, методи та принципи спортивної підготовки» – 82,93 %, «Формування функціональних систем» – 76,83 %.

На етапах збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень розділ «Планування підготовки спортсменів» включав вісьмома темами, серед яких «Періодизація підготовки спортсменів», яку обрали 84,15 % тренерів-викладачів, «Особливості спортивної підготовки у вашому виді спорту» – 91,46 %, «Особливості спортивних програм мікро- та мезоциклів» – 92,68 %, «Побудова програм тренувальних занять» – 90,24 %, «Відбір та орієнтація в системі спортивної підготовки» – 79,27 %, «Моделювання в спорті» – 84,14 %, «Відновлення в спорті» – 87,81 % та «Ведення спортивного щоденника» – 79,27 % респондентів.

Змістом розділу «Змагальна діяльність» на етапах збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень дещо відрізнявся. Разом із тим, у цьому розділі серед найбільш затребуваними темами виступили три: «Правила та суддівство спортивних змагань» та «Правові документи з виду спорту», які обрали по 81,7 % респондентів, та «Система спортивна класифікація України, спортивні розряди та звання», яку визнали ефективною на даних етапах підготовки 73,17 % опитаних.

На етапах збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень розділ «Медико-біологічні основи спортивної підготовки» включає чотири теми. Найбільш затребуваною виявилася тема «Забезпечення енергетичного забезпечення», яку обрали 90,25 % опитаних.

Для вище зазначених етапів серед решти запропонованих тем найбільш затребуваною визнано: «Медичний контроль та самоконтроль» – 82,93 % респондентів, «Основні засоби відновлення» – 69,51 %, «Особливості підготовки спортсменів» 67,07 % опитаних.

У розділ «Правила техніки безпеки» на етапах збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень найбільш затребуваними виявилися три теми: «Надання першої допомоги» (84,15 % голосів респондентів), «Техніка безпеки та дії у критичних ситуаціях» (67,07 %), «Травматизм у спорті. Причини виникнення та профілактика» (76,83 %) (Рис. 5.6.).

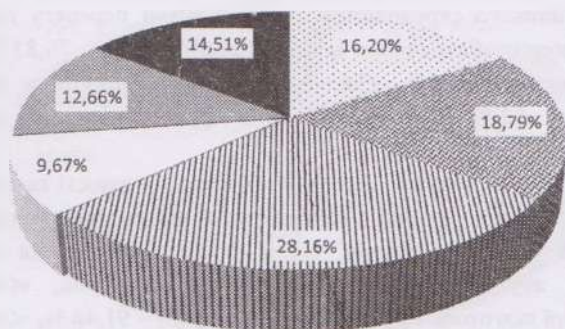


Рис. 5.6. Співвідношення обсягу годин, відведених для розгляду окремих розділів теоретичної підготовки на етапах збереження вищої спортивної майстерності та поступового зниження досягнень, у % (за результатами опитування тренерів-викладачів, $n=82$):

- «Гуманітарні та соціалізувальні знання у підготовці спортсменів»;
- ▨ «Зміст спортивної підготовки»;
- ▩ «Загальні основи підготовки спортсменів»;
- ▧ «Планування підготовки спортсменів»;
- «Змагальна діяльність»;
- ▦ «Медико-біологічні основи спортивної підготовки»;
- ▤ «Правила техніки безпеки».

5.2. Порівняльний аналіз змістового наповнення чинної (2007) та авторських програм у частині теоретичної підготовки у веслуванні на байдарках і каное на етапі початкової та попередньої базової підготовки

Порівняльний аналіз інформаційного наповнення навчальної програми для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ та училищ олімпійського резерву з веслування на байдарках і каное [125] у частині теоретичної підготовки спортсменів на етапах ПП та ПБП, а також моніторинг спільної думки тренерів-викладачів ($n=82$) з ЦВС, які було визначено шляхом анкетування, довели наявність протиріччя, яке засвідчує невідповідність структури та змісту теоретичної підготовки, представленій у діючій навчальній програмі [125], сучасним вимогам до теоретичної підготовки спортсменів (Табл. 5.1. та Табл. 5.2).

Так, у навчальній програмі на етапі ПП до вивчення пропонуються теми, із яких лише шість, на думку тренерів-викладачів, будуть викладені на цьому етапі підготовки. Водночас більшість респондентів відзначають на необхідності впровадження у теоретичну підготовку спортсменів семи інших тем, які не зазначені в навчальній програмі [125] (див. Табл. 5.1).

Таблиця 5.1

Вист теоретичної підготовки у веслуванні на байдарках і каное на етапі початкової підготовки

Теми	Навчальна програма (2007) [125]	Думка тренерів-викладачів (n=82)
Фізичні аспекти виникнення та розвитку веслування на байдарках і каное в Україні та світі.	-	+
Веслування на байдарках і каное на Іграх Олімпіад.	-	+
Вист українських спортсменів з веслування на байдарках і каное на Іграх Олімпіад.	+	+
Вист спортсменів та тренери з веслування	-	+
Вист культура і спорт в Україні та Світі.	+	-
Історія веслування.	-	+
Система тренувань на байдарках і каное та розвиток спорту.	+	-
Система класифікація України, спортивні розряди та класи з веслуванням спорту	+	-
Система спортивної підготовки, методика ведення тренувань.	+	-
Система веслування на байдарках і каное. Правила ведення та рухування	+	+
Система методики навчання і початкового тренування.	+	-
Система та спеціальна фізична підготовка. Її значення в розвитку тренувань веслярів.	+	-
Система тренування, режим.	+	+
Система харчування спортсменів.	-	+
Система інвентар. Правила збереження та експлуатації.	+	+
Система методи проведення занять та змагань.	-	+
Система методи під час тренувань та змагань.	+	+
Система методи та дії у критичних ситуаціях.	+	+
Система методи у спорті. Причини виникнення та розвитку.	-	+
Система організація та проведення змагань.	+	-

Схожа ситуація спостерігається і на наступному етапі підготовки. До того ж на етапі ПП навчальною програмою пропонуються також

тринадцять тем, ефективність сімох із яких підтверджено результатами опитування тренерів-викладачів з ЦВС. При цьому, вони підтверджують необхідність упровадження в теоретичну підготовку спортсменів на даному етапі одинадцяти тем, що не представлені в навчальній програмі [125] (див. Табл. 5.2).

Таблиця 5.2

Зміст теоретичної підготовки у веслуванні на байдарках і каное на етапі попередньої базової підготовки.

Тема	Навчальна програма (2007) [125]	Думка тренерів-викладачів (n=82)
Веслування на байдарках і каное на Іграх Олімпіад.	-	+
Виступи українських спортсменів з веслування на байдарках і каное на Іграх Олімпіад.	-	+
Видатні спортсмени та тренери з веслування	-	+
Став і розвиток веслування на байдарках і каное.	+	-
Єдина спортивна класифікація України, спортивні розряди та звання у веслувальному спорті.	+	-
Спортивна термінологія.	-	+
Формування знань про техніку виду спорт. Правила навігації та рулювання. Засади методики вдосконалення техніки і тренування у веслуванні на байдарках і каное.	+	+
Тактика веслування на байдарках і каное.	+	-
Формування знань про особливості фізичної підготовки спортсменів.	-	+
Втома і відновлення.	-	+
Правила та суддівство спортивних змагань.	+	-
Планування спортивної підготовки, методика ведення щоденника тренування.	+	-
Медичний контроль та самоконтроль.	+	+
Гігієна, загартовування, режим.	+	+
Вплив фізичних вправ на організмі спортсмена.	-	-
Особливості харчування спортсменів.	-	-
Спортивний інвентар. Правила збереження та експлуатації.	+	+
Вимоги до місць проведення занять та змагань.	-	-
Екіпіровка спортсмена.	-	-
Правила поведінки під час тренувань та змагань. Надання першої допомоги.	+	-
Техніка безпеки та дії у критичних ситуаціях.	+	-
Травматизм у спорті. Причини виникнення та профілактика.	-	-
Моральна, волевов та психологічна підготовка.	+	-
Відомості про будову та функції організму людини.	+	-

За висно з результатів проведеного аналізу, виявлено відмінності між структурою та змістом теоретичної підготовки веслувальників на етапах ПП та ПБП [125] та думкою тренерів-викладачів з веслування на байдарках і каное, що вказує на невідповідність структури та змісту теоретичної підготовки, представленої у діючій навчальній програмі для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та училищ олімпійського резерву з веслування на байдарках і каное (2007) [125] методам виховання.

5.3. Авторські інтерактивні засоби теоретичної підготовки веслувальників на байдарках і каное на етапах початкової та базової підготовки

Згідно з результатами опитування кваліфікованих спортсменів та тренерів-викладачів виявлено велику затребуваність в інноваційних інформаційних засобах теоретичної підготовки спортсменів. Водночас дослідниками відзначено важливість комп'ютерних ігор на початкових етапах підготовки і комп'ютерних навчально-освітніх програм, пошукових систем мережі Інтернет та інноваційних технічних засобів під час виконання у другій стадії процесу багаторічного вдосконалення [49, 54, 56]. Тому нами було прийнято рішення щодо розробки інноваційних засобів теоретичної підготовки за загальним алгоритмом у різних формах програмної реалізації.

За результатами опитування кваліфікованих спортсменів та тренерів-викладачів із ЦВС встановлено, що значні частки респондентів з метою підвищення теоретичної підготовленості спортсменів на етапах ПП та ПБП використовують на застосуванні ігрових засобів.

Так, серед кваліфікованих спортсменів кваліфікації прихильниками використання ігор як засобу теоретичної підготовки є 60,96 % опитаних, а серед тренерів-викладачів – 76,82 %. Разом із тим, використовувати у теоретичній підготовці спортсменів-початківців саме комп'ютерні ігри вважають доцільним 55,48 % опитаних кваліфікованих спортсменів та 60,96 % тренерів-викладачів.

Таким чином, результати проведеного опитування дозволили розробити та реалізувати програму формувального експерименту із використанням веслувальників на байдарках і каное етапів ПП та ПБП.

Отже, було сформовано чотири експериментальні групи: ЕГ₁, ЕГ₂, ЕГ₃, ЕГ₄. Їх налічували по 18, 18, 20 та 22 особи відповідно. До груп ЕГ₁ та

ЕГ₂ входили спортсмени, які тренуються на етапі ПП, а до груп ЕГ₃ та ЕГ₄ – на етапі ПБП.

Для спортсменів, які займалися на етапі ПП, в обох експериментальних групах (ЕГ₁ та ЕГ₂), змістове наповнення занять із теоретичної підготовки було однаковим і відповідало рекомендованим тренерами-викладачами розділам знань та темам за цими розділами для зазначеного етапу підготовки (див. п. 5.1.1.).

Для спортсменів, які займалися на етапі ПБП у групах ЕГ₃ та ЕГ₄, змістове наповнення занять із теоретичної підготовки, як і на етапі ПП, також було однаковим (див. п. 5.1.2.).

Навчально-тренувальні заняття для спортсменів, які займалися на етапах ПП (групи ЕГ₁ і ЕГ₂) та ПБП (групи ЕГ₃ та ЕГ₄), проводилися згідно попередньо встановленої інноваційної структури та змісту теоретичної підготовки для цих етапів у веслуванні на байдарках і каное (див. п. 5.1.1. та 5.1.2.).

Під час проведення занять в усіх експериментальних групах застосовувалися рекомендовані навчальною програмою для ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ та училищ олімпійського резерву з веслування на байдарках і каное та веслувального слалому [125] засоби та методи теоретичної підготовки спортсменів. Основними засобами для етапів ПП та ПБП є проведення бесід, перегляд навчальних фільмів, відеозаписів та кінограм, плакатів, стендів, а основними методами, які застосовувалися під час проведення навчально-тренувальних занять з теоретичної підготовки веслувальників в усіх групах, були вербальні та наочні.

Різниця полягала в тому, що у групах ЕГ₁ та ЕГ₂ застосовувалися лише засоби та методи, рекомендовані навчальною програмою [125], тоді як у навчально-тренувальний процес спортсменів ЕГ₂ та ЕГ₄ було впроваджено ще й авторські засоби теоретичної підготовки, а саме комп'ютерні ігри за темами розділів теоретичної підготовки спортсменів на етапі ПП та ПБП відповідно. Для реалізації авторських засобів застосовувався ігровий та змагальний методи теоретичної підготовки.

Імплементация розроблених програм тренувальних занять в усіх групах здійснювалася нами у підготовчому періоді річного макроциклу. На етапі ПП він триває вісім місяців (з вересня по квітень), а на етапі ПБП – сім місяців (з жовтня по квітень).

Для усіх експериментальних груп загальна тривалість навантаження з теоретичної підготовки складала одну годину на тиждень. Тривалість підготовки із застосуванням розроблених навчально-ігрових засобів становила 30 тижнів.

Таким чином, в усіх групах заняття проводилися один раз на тиждень тривалою 45 хв. Разом із тим, під час занять у групах ЕГ₁ та ЕГ₃ застосовувалися лише засоби та методи теоретичної підготовки, передбачені навчальною програмою [125]. У той самий час у групах ЕГ₂ та ЕГ₄ окрім засобів та методів теоретичної підготовки, передбачених навчальною програмою [125], застосовувалися і авторські інтерактивні засоби.

Перед початком педагогічного експерименту та по його завершенні, серед спортсменів усіх експериментальних груп здійснювався первинний (вступний) та підсумковий (етапний) контроль рівня їхньої теоретичної підготовленості шляхом проведення тестування.

Використання усіх авторських навчально-ігрових засобів підвищення теоретичної підготовленості відбувалося згідно з алгоритмом, який включав послідовні кроки:

- 1) попереднє проведення бесіди (розповіді) зі спортсменами за темою навчально-тренувального заняття;
- 2) ознайомлення спортсменів зі змістом гри;
- 3) розміщення кожного з гравців за окремим ПК;
- 4) надання допомоги (за необхідності) спортсменам у процесі проходження гри;
- 5) визначення переможця за комплексом чинників (швидкість зрішення завдання, кількість зроблених помилок тощо);
- 6) аналіз та обговорення результатів гри із зазначенням переваг та недоліків дій учасників.

Отже, для веслувальників на байдарках і каное, які тренуються на ПК, змістова частина розділу «Історія веслування на байдарках і каное в спорті» висвітлює питання виникнення та розвитку веслування як виду спорту, прикладне значення веслувального спорту, види веслувального спорту, інформацію про видатних вітчизняних веслувальників. Змістова частина розділу «Гуманітарні та соціалізувальні аспекти у підготовці спортсменів» розкриває історію Олімпійських ігор Стародавньої Греції.

За розділом «Зміст спортивної підготовки» в межах теми «Формування знань про техніку виду спорту» юні веслувальники мають можливість ознайомитися з основними термінами, які використовуються у веслуванні на байдарках і каное, скласти уявлення про техніку, дізнатися характеристику сил, що діють на просування човна, властивості води, швидкість човна та його стійкість, опір зовнішнього середовища руху човна, механізми просування човна за допомогою весла, роботу весла у

воді, фази гребка та техніку їх виконання, поняття про ритм і темп веслування, механізм дії керма, також дізнатися про техніку керування під час спокійної води, при течії, на хвилі, вітрі, на змаганнях та основні помилки в техніці веслування і шляхи їх усунення.

За темами розділу «Медико-біологічні основи спортивної підготовки» на етапі ПП розглянуто питання правил догляду за шкірою та волоссям, гігієнічне значення використання природних чинників із метою загартування організму, сонячні, повітряні ванни та водні процедури, режим дня та харчування веслувальників, їхній харчовий раціон.

За темами розділу «Матеріально-технічне забезпечення» запропоновано до розгляду питання необхідного спортивного інвентарю у веслуванні на байдарках і каное, експлуатації та збереження спортивного майна, обладнання місць проведення змагань і тренувань, облаштування веслувальної дистанції.

За темами розділу «Правила техніки безпеки» на етапі ПП веслувальників на байдарках і каное розглянуто питання обов'язкових умов допущення спортсменів до занять у човні (уміння плавати), правил поведінки в човні, загальні вимоги до техніки безпеки, навчання прийомам страхування та допомоги, дії весляра у випадках, коли човен перевернувся, вибір рятувальних засобів для занять на воді та правила користування ними, причини виникнення тілесних ушкоджень та їхні особливості у веслуванні, розробка заходів щодо попередження спортивних травм, правила навігації [125].

Таким чином, для етапу ПП було запропоновано тринадцять комп'ютерних ігор [62, 64, 227, 228, 229].

За розділом знань «Історія веслування на байдарках і каное як виду спорту» розроблено чотири комп'ютерні гри. Метою ігор буде стимулювання пізнавальної активності спортсменів, розвиток уваги, вивчення історії виникнення та розвитку веслування як виду спорту та ознайомлення з видатними українськими веслувальниками.

Так, для вивчення теми «Історичні аспекти виникнення та розвитку веслування на байдарках і каное в Україні та світі» спортсменам буде запропоновано ігри «Вікторина з історії виникнення веслування як виду спорту» та «Види сучасного веслувального спорту».

Ідея гри «Вікторина з історії виникнення веслування як виду спорту» полягає в тому, що на ігровому полі наведено питання та варіанти відповідей на нього. Завдання гравця – за допомогою мишки відзначити, які з них правильні.

Ідея гри «Види сучасного веслувального спорту» полягає в тому, що на ігровому полі представлені зображення видів веслування та пропозиція з вибору виду веслувального спорту, який необхідно обрати. Завдання гравця – із запропонованих варіантів обрати саме те зображення, яке відповідає запиту (назві виду веслувального спорту). Для цього, за допомогою миші, необхідно натиснути на відповідне зображення виду спорту. Враховується швидкість виконання завдання та кількість зроблених помилок.

За темою «Веслування на байдарках і каное на Іграх Олімпіад» спортсменам було запропоновано гру «Олімпійські види веслувального спорту». За змістом гри на ігровому полі представлені зображення видів веслування. Завдання гравця – із запропонованих варіантів обрати саме ті зображення видів веслування, які представлені на Іграх Олімпіад. Для цього за допомогою миші необхідно натиснути на відповідне зображення виду спорту. Враховується швидкість виконання завдання та кількість зроблених помилок.

За темами «Виступи українських спортсменів з веслування на байдарках і каное на Іграх Олімпіад» та «Видатні спортсмени та тренери з веслування на байдарках і каное» розроблено гру «Хто зображений на фотографії?». Ідея гри полягає в наступному: у верхній частині ігрового поля представлено коротку інформацію про українського Олімпійського чемпіона (чемпіонку) з веслування на байдарках і каное без зазначення імені. Нижче подаються зображення двох видатних українських веслувальників (веслувальниць) та вказуються їхнє прізвище, ім'я та по батькові. Завдання гравця – визначити, кому із зображених веслувальників (веслувальниць) належить представлена інформація. Враховується швидкість виконання завдання та кількість зроблених помилок.

Розділ знань «Гуманітарні та соціалізувальні знання у підготовці спортсменів» на етапі ПП представлений темою «Олімпійська освіта», за якою спортсменам було запропоновано дві гри: «Ігри Стародавньої Греції» та «Екторіна». Метою ігор було стимулювання пізнавальної активності спортсменів, ознайомлення з основними поняттями та поглиблення знань з Олімпійської освіти.

Ідея гри «Ігри Стародавньої Греції» полягає в тому, що у верхній частині ігрового поля розміщено певні зображення, а у його нижній частині знаходяться порожні осередки, під якими вказані назви ігор Стародавньої Греції, до яких ці зображення відносяться. Гравцю потрібно мишкою перетягнути зображення в порожні осередки, під якими вказані відповідні

назви. Враховується швидкість виконання завдання та кількість зроблених помилок.

Ідея гри «Вікторина» полягає в наступному: у верхній частині ігрового поля розміщено запитання, відповіддю на яке буде слово, яке гравець повинен скласти із запропонованих нижче літер, розміщених у довільному порядку. У нижній частині ігрового поля розташовано стільки ж порожніх осередків, скільки і запропонованих для складання слова літер. Гравцю потрібно мишкою перетягнути літери в порожні осередки так щоб вийшло потрібне слово. Враховується швидкість виконання завдання та кількість зроблених помилок.

Розділ знань «Зміст спортивної підготовки» представлений темою «Формування знань про техніку виду спорту», за якою розроблено комп'ютерну гру «Елементи техніки веслування». Метою ігрового засобу є ознайомлення з послідовністю виконання базових елементів техніки веслування на байдарці або каное. Ідеєю гри було наступне: на ігровому полі у довільному порядку розміщено картки з описом базових елементів техніки веслування. Завдання гравця – розставити картки у правильній послідовності. Враховується швидкість виконання завдання та кількість зроблених помилок.

За розділом «Медико-біологічні основи спортивної підготовки» на етапі ПП розроблено дві комп'ютерні гри. Метою ігор було формування уявлення у юних веслувальників про вплив природних чинників на організм спортсменів, основні правила організації розпорядку дня та про особливості харчування спортсменів. Так, за темами «Гігієна, загартовування, режим» та «Особливості харчування спортсменів» розроблено однойменні ігри, ідея яких полягала в наступному: на ігровому полі наведено питання та варіанти відповідей на них. Завдання гравця – за допомогою мишки відзначити правильні варіанти відповідей.

За темами «Спортивний інвентар. Правила збереження та експлуатації» та «Вимоги до місць проведення занять та змагань» розділу «Матеріально-технічне забезпечення» запропоновано гру «Підготуй спортсмена до тренування». Метою ігрового засобу є розвиток у спортсменів логічного мислення та уваги, формування уявлення у юних веслувальників про матеріально-технічне забезпечення виду спорту. Ідеєю гри була такою: на ігровому полі представлені зображення інвентарю та екіпірування з веслування на байдарках і каное. Завдання гравця – якнайшвидше зібрати всі необхідні зображення предметів, які потрібні веслувальнику для тренування на воді залежно від пори року (тепла пора

або жовтою) і уникнути непотрібних речей. Враховуються швидкість виконання завдання та кількість зроблених помилок.

За розділом «Правила техніки безпеки» розроблено три комп'ютерні ігри. Метою ігор було стимулювання пізнавальної активності спортсменів, засвоєння основних понять за розділом «Правила техніки безпеки», ознайомлення з основними правилами поведінки під час тренувань і змагань у веслуванні, послідовністю дій під час перекидання байдарки або човна та основними видами травм у спорті.

Так, за темою «Правила поведінки під час тренувань та змагань» розроблено одноіменну гру, ідея якої полягала в наступному: на ігровому полі у довільному порядку наведено причини, через які веслувальник не може бути допущений до тренування на воді. Завдання гравця – виділити з переліку 7-м найважливіших та за допомогою мишки перенести їх у спеціальні «Причини, через які веслувальник не може бути допущений до змагань».

За темою «Техніка безпеки та дії у критичних ситуаціях» розроблено гру «Дії веслувальника під час перекидання човна». Ідея гри полягала в тому, що на ігровому полі у довільному порядку розміщено картки з описом дій веслувальника у випадку перекидання човна. Завдання гравця – розмістити картки у правильній послідовності.

За темою «Травматизм у спорті. Причини виникнення та профілактика» представлено гру «Найпоширеніші види травм». Ідея гри: у верхній частині ігрового поля розміщено найбільш характерні травми в спорті. У нижній частині цього ж поля у довільному порядку наведено опис травм. Завдання гравця – визначити до якого виду травм підходить кожен із описів.

Для веслувальників на байдарках і каное, які тренуються на етапі ПБП містова частина розділу «Історія веслування на байдарках і каное як виду спорту» включає інформацію про кількість та гатунок завойованих медалей українськими веслувальниками на Іграх Олімпіад, найважливіші виступи українських веслувальників у складі команди Радянського Союзу та незалежної України, видатних вітчизняних веслувальників та тренерів.

Змістова частина розділу «Гуманітарні та соціалізувальні знання у спорті спортсменів» на етапі ПБП містить основні спортивні терміни та поняття з веслування на байдарках і каное.

За розділом «Зміст спортивної підготовки» пропонується ознайомлення спортсменів із основними помилками у техніці веслування на байдарках і каное, а також відбувається формування знань із загальної та

спеціальної фізичної підготовки веслувальників на байдарках і каное, а також щодо вправ, які використовуються для їх удосконалення.

Змістова частина розділу «Загальні основи підготовки спортсменів» ознайомлює юних спортсменів із такими поняттями, як утома, відновлення, працездатність та включає в себе основні причини стомлення у підготовці веслувальників на байдарках і каное, серед яких фізіологічні, психологічні, медичні, матеріально-технічні, спортивно-педагогічні.

Змістова частина розділу «Змагальна діяльність» ознайомлює юних веслувальників із правилами спортивних змагань із веслування на байдарках і каное, містить інформацію про регламент, організацію та проведення змагань із веслування на байдарках і каное.

Змістова частина розділу «Медико-біологічні основи спортивної підготовки» формує уявлення у спортсменів про лікарський контроль та самоконтроль, про особливості харчування спортсменів, про вплив фізичних вправ на організм спортсмена, про вплив природних чинників на організм спортсменів, основні правила організації розпорядку дня.

За розділом «Матеріально-технічне забезпечення» у змістовій частині пропонується інформація про спортивний інвентар у веслуванні на байдарках і каное, правила його збереження та експлуатації, вимоги до місць проведення занять і змагань та екіпіровку спортсменів, про безпечну поведінку під час перебування у різних ситуаціях та за різних умов (сильний вітер, атмосферні опади, у воді, на льоду, якщо лід проломився, при пожежі), наголошується на необхідності дотриманні певних правил поведінки та стимулюється відповідальність.

У змістовій частині розділу «Правила техніки безпеки» розглядаються основні причини (організаційні, матеріально-технічні, медичні, гігієнічні, психологічні) виникнення травматизму в спорті, правила поведінки під час тренувань і змагань у веслуванні, правила надання першої (долікарської) допомоги потерпілому у випадку отримання травм (поранення, удари, розтягнення, розриви зв'язок, переломи, утоплення).

Таким чином, для етапу ПБП було розроблено і впроваджено у підготовку веслувальників шістнадцять комп'ютерних ігор.

Для спортсменів, які тренуються на етапі ПБП, було запропоновано шістнадцять комп'ютерних ігор [64, 227, 228, 229].

Так, за розділом: «Історія веслування на байдарках і каное як виду спорту» на даному етапі підготовки розроблено дві комп'ютерні гри. Метою ігор було стимулювання пізнавальної активності спортсменів, ознайомлення з історичними аспектами веслування на байдарках і каное як

українського виду спорту, знайомство з видатними українськими веслувальниками часів Радянського Союзу та незалежної України.

Для вивчення теми «Веслування на байдарках і каное на Іграх Олімпіад» було розроблено гру з одноіменною назвою.

Ідея гри «Вікторина з історії виникнення веслування як виду спорту» полягає в тому, що на ігровому полі наведено питання та варіанти відповідей на нього. Завдання гравця – за допомогою мишки відзначити, який саме із запропонованих варіантів відповідей є правильним.

За темами «Виступи українських спортсменів з веслування на байдарках і каное на Іграх Олімпіад» та «Видатні спортсмени та тренери з веслування на байдарках і каное» юним веслувальникам запропоновано гру «Хто зображений на фотографії?». Ідея гри полягає в наступному: у верхній частині ігрового поля представлено коротку інформацію про українського Олімпійського чемпіона (чемпіонку) з веслування на байдарках і каное без вказування особистості. Нижче подаються зображення чотирьох видатних українських веслувальників (веслувальниць) та вказуються їхнє прізвище, ім'я та по батькові. Завдання гравця – визначити, кому із зображених веслувальників (веслувальниць) належить представлена інформація. Зависає швидкість виконання завдання та кількість зроблених помилок.

Розділ знань «Гуманітарні та соціалізувальні значення у підготовці спортсменів» на етапі ПБП представлений темою «Спортивна ергономія», за якою спортсменам було запропоновано однойменну гру. Метою гри було вивчення основних понять та термінів з обраного виду спорту. Ідея гри: на ігровому полі наведено питання та варіанти відповідей на нього. Завдання гравця – за допомогою мишки позначити, який саме із запропонованих варіантів відповідей є правильним.

За розділом знань «Зміст спортивної підготовки» розроблено дві тематичні гри.

Так, за темою «Формування знань про техніку виду спорту» розроблено гру «Основні помилки у техніці веслування».

Метою ігрового засобу є ознайомлення з основними помилками у техніці веслування на байдарках і каное, вивчення основних понять за розділом «Формування знань про техніку виду спорту».

Ідея гри: на ігровому полі у довільному порядку наведено можливі помилки у техніці веслування на байдарках і каное. Завдання гравця – вибрати 5 найбільш важливих помилок та за допомогою мишки перенести їх у розташовані нижче осередки.

За темою «Формування знань про особливості фізичної підготовки спортсменів» представлено гру «Особливості фізичної підготовки веслувальників».

Метою ігрового засобу є формування знань про особливості фізичної підготовки веслувальників.

Ідея гри: на ігровому полі наведено питання та варіанти відповідей на нього. Завдання гравця – за допомогою мишки відмітити, який саме із запропонованих варіантів відповідей є правильним.

Розділ знань «Загальні основи підготовки спортсменів» представлений темою «Втома та відновлення», за якою спортсменам пропонується гра «Якщо втомився – відпочинь».

Метою ігрового засобу є стимулювання пізнавальної активності спортсменів, ознайомлення з основними причинами стомлення у підготовці веслувальників на байдарках і каное.

Ідея гри: у верхній частині ігрового поля розміщено основні типи причин виникнення стомлення: фізіологічні, психологічні, медичні, матеріально-технічні, спортивно-педагогічні. У нижній частині цього ж поля наведено опис причин виникнення втоми. Завдання гравця – розмістити картки з описом причин виникнення втоми відповідно до їх типу.

Розділ знань «Змагальна діяльність» представлений темою «Правила та суддівство спортивних змагань», за якою спортсменам пропонується гра «Перемога криється в правилах».

Метою ігрового засобу є формування знань про регламент, організацію та проведення змагань із веслування на байдарках і каное.

Ідея гри: на ігровому полі наведено питання та варіанти відповідей на нього. Завдання гравця – за допомогою мишки відмітити, який саме із запропонованих варіантів відповідей є правильним.

За розділом знань «Медико-біологічні основи спортивної підготовки» розроблено чотири комп'ютерні гри.

Для вивчення теми «Медичний контроль та самоконтроль» спортсменам було запропоновано гру з одноіменною назвою.

Метою ігрового засобу є формування у спортсменів уявлення про лікарський контроль та самоконтроль.

Ідея гри: у верхній частині ігрового поля розміщено картки, на яких вказані різноманітні методи лікарського контролю та самоконтролю. У нижній частині цього ж вікна розміщено два порожні осередки з написами «лікарський контроль» та «самоконтроль». Завдання гравця – визначити, як

методи застосовуються у тому чи іншому виді контролю і мишкою перетягнути обрану картку до потрібного осередку. Враховується швидкість виконання завдання та кількість зроблених помилок.

За темою «Вплив фізичних вправ на організм спортсмена» розроблено гру «Вплив фізичних вправ на організм спортсмена».

Метою ігрового засобу є формування у спортсменів уявлення про вплив фізичних вправ на організм спортсмена.

Ідея гри: на ігровому полі у довільному порядку наведено твердження про особливості впливу фізичних навантажень на організм людини. Завдання гравця – визначити, які з них правильні та за допомогою мишки перемістити їх у порожні осередки, що знаходяться нижче, під написом «Особливості впливу фізичних навантажень на організм людини».

За темою «Гігієна, загартовування, режим» розроблено гру «Хочеш бути здоровим – загартовуйся».

Метою ігрового засобу є формування у спортсменів уявлення про особливості гігієни, вплив природних чинників на організм спортсменів, основні правила організації розпорядку дня.

Ідея гри: на ігровому полі наведено питання та варіанти відповіді на нього. Завдання гравця – за допомогою мишки позначити, які з них правильні.

За темою «Особливості харчування спортсменів» розроблено гру «Чи зміг ти харчуватися?».

Метою ігрового засобу є формування у спортсменів уявлення про особливості харчування спортсменів.

Ідея гри: на ігровому полі наведено питання та варіанти відповіді на нього. Завдання гравця – за допомогою мишки позначити, які з них правильні.

Розділ знань «Матеріально-технічне забезпечення» представлений темами «Спортивний інвентар. Правила збереження та експлуатації», «Вимоги до місць проведення занять та змагань», «Екіпіровка спортсмена», за якими спортсменам пропонується гра «Друзи зі своїм човном».

Метою ігрового засобу є формування у спортсменів уявлення про спортивний інвентар у веслуванні на байдарках і каное, правила його збереження та експлуатації, вимоги до місць проведення занять та змагань, екіпіровку спортсменів.

Ідея гри: на ігровому полі наведено питання та варіанти відповіді на нього. Завдання гравця – за допомогою мишки позначити правильні відповіді.

За розділом знань «Правила техніки безпеки» розроблено чотири комп'ютерні гри.

Так, за темою «Правила поведінки під час тренувань та змагань» спортсменам пропонується гра «Правила поведінки під час змагань».

Метою ігрового засобу є ознайомлення з основними правилами поведінки під час тренувань і змагань у веслуванні.

Ідея гри: на ігровому полі у довільному порядку наведено обов'язки учасників змагань із веслування на байдарках і каное. Завдання гравця – виділити з цих обов'язків 6 справжніх, що передбачені правилами спортивних змагань з веслування на байдарках і каное, та за допомогою мишки перенести їх до списку «Обов'язки спортсменів».

За темою «Техніка безпеки та дії у критичних ситуаціях» розроблено гру «Правила поведінки у критичних ситуаціях».

Метою ігрового засобу є формування у юних веслувальників знань про безпечну поведінку під час перебування у різних ситуаціях та за різних умов (сильний вітер, атмосферні опади, у воді, на льоду, якщо лід проломився, при пожежі), стимулювання дотримання певних правил поведінки та розвиток відповідальності.

Ідея гри: у верхній частині ігрового поля розміщено основні типи несприятливих умов, у яких можуть опинитися спортсмени. Під ними розташовано порожні осередки. У нижній частині цього ж поля у довільному порядку розміщено картки з інструкціями правил поведінки у цих умовах. Завдання гравця – якнайшвидше розмістити картки у порожні осередки відповідно до їхнього типу.

За темою «Травматизм у спорті. Причини виникнення та профілактика» розроблено гру «Причини травматизму в спорті».

Метою ігрового засобу є стимулювання пізнавальної активності спортсменів, ознайомлення з основними причинами травматизму у спорті, вивчення основних понять за розділом «Правила техніки безпеки».

Ідея гри: у верхній частині ігрового поля розміщено основні типи причин виникнення травм у спорті: організаційні, матеріально-технічні, медичні, гігієнічні. У нижній частині цього ж поля наведено 16 можливих причин виникнення травм у спорті. Завдання гравця – розмістити можливі причини виникнення травм відповідно до їхнього типу.

За темою «Надання першої (долікарської) допомоги» розроблено гру «Надання першої допомоги».

Метою ігрового засобу є ознайомлення з основними правилами надання першої (долікарської) допомоги потерпілому.

Вікна гри: у верхній частині ігрового поля розміщено назви основних травм та пошкоджень, під якими розташовані порожні осередки. У нижній частині цього ж вікна розміщено картки, на яких описані способи першої допомоги. Завдання гравця – визначити, який зі способів першої допомоги потерпілому підходить кожному з видів травм і перетягнути обрану картку до потрібного осередку.

5.4. Порівняльна характеристика ефективності тренувань із використанням традиційних та авторських ігрових засобів теоретичної підготовки

З метою визначення достовірності відмінностей між показниками рівня теоретичної підготовленості веслувальників до і після педагогічного експерименту (1-го та 2-го зрізу тестування) нами використовувався критерій знаків (Sign test). Цей критерій є непараметричним і був використаний, оскільки отримані результати не підлягають закону нормального розподілу [181, 295].

На етапі ПП навчально-тренувальні заняття за розробленими програмами проводилися у двох групах: ЕГ₁ (n=18) та ЕГ₂ (n=18). Як видно з Таблиці 5.5, через тридцять тижнів від початку занять у групі ЕГ₁, у якій використовувалися лише засоби та методи теоретичної підготовки, запропоновані навчальною програмою [125], за розділом «Історія веслування на байдарках і каное як виду спорту» статистично вірогідних змін не виявлено.

Таблиця 5.5

Рівень освіченості веслувальників на байдарках і каное і теоретичної підготовки на етапі початкової підготовки у підготовчий період річного макроциклу

Види знань	Макс. к-ть балів	ЕГ ₁		ЕГ ₂	
		до експерименту (бали)	після експерименту (бали)	до експерименту (бали)	після експерименту (бали)
знання веслування на байдарках і каное як виду спорту	7	2,5±0,33	3,17±0,40	2,61±0,2	3,67 ±0,33*
інформативні та навчальні знання у підготовці експертів	5	1,22±0,2	1,61±0,2	1,33±0,13	2,28±0,2*

Зміст спортивної підготовки	2	0,89±0,13	1,05±0,13	0,72±0,13	1,33±0,067*
Медико-біологічні основи спортивної підготовки	4	1,22±0,13	1,66±0,13	1,16±0,2	2,56±0,13*
Матеріально-технічне забезпечення	2	0,722±0,067	0,94±0,133*	0,667±0,067	1,39±0,067*
Правила техніки безпеки	4	1,0±0,133	1,44±0,2*	1,22±0,133	2,56±0,133*
Загальна кількість балів	24	7,56±0,4	9,78±0,6*	7,72±0,4	13,78±0,73*

Примітка. Вірогідність відмінності показників відносно вихідних даних: * – $p < 0,05$.

Разом із тим, у результаті тридцяти тижневих тренувань із використанням авторських ігрових засобів, у групі ЕГ₂ нами встановлено статистично вірогідну різницю між рівнем теоретичної підготовленості веслувальників до і після педагогічного експерименту за розділом «Історія вашого виду спорту». Так, до початку педагогічного експерименту середній рівень теоретичної підготовленості юних спортсменів становив $2,61 \pm 0,2$ бали, а після зріс до $3,67 \pm 0,33$ бали. У відсотковому співвідношенні така різниця у показниках дорівнює 15,71% ($p < 0,05$) (Рис. 5.6.).

За розділом «Гуманітарні та соціалізувальні знання у підготовці спортсменів» у групі ЕГ₁ статистично вірогідних змін рівня теоретичної підготовленості юних веслувальників до і після педагогічного експерименту не виявлено, хоча й відмічено тенденцію до його зростання.

На противагу цьому, тренування у групі ЕГ₂ сприяли статистично вірогідному зростанню рівня теоретичної підготовленості спортсменів. Так, до початку занять із застосуванням авторських ігрових засобів теоретичної підготовки середній рівень освіченості веслувальників за даним розділом становив $1,33 \pm 0,13$ бали, а після – $2,28 \pm 0,2$ бали. Різниця між показниками становить 13,57% ($p < 0,05$).

Як і за попереднім, за розділом теоретичної підготовки «Зміст спортивної підготовки» у групі ЕГ₁ статистично вірогідних змін рівня освіченості спортсменів не виявлено. Водночас, у групі ЕГ₂ рівень теоретичної підготовленості веслувальників вірогідно підвищився від $0,72 \pm 0,13$ балів перед початком педагогічного експерименту до $1,33 \pm 0,07$

під час його завершення. Різниця між показниками до і по закінченні теоретичного експерименту склала 30,5 % ($p < 0,05$).

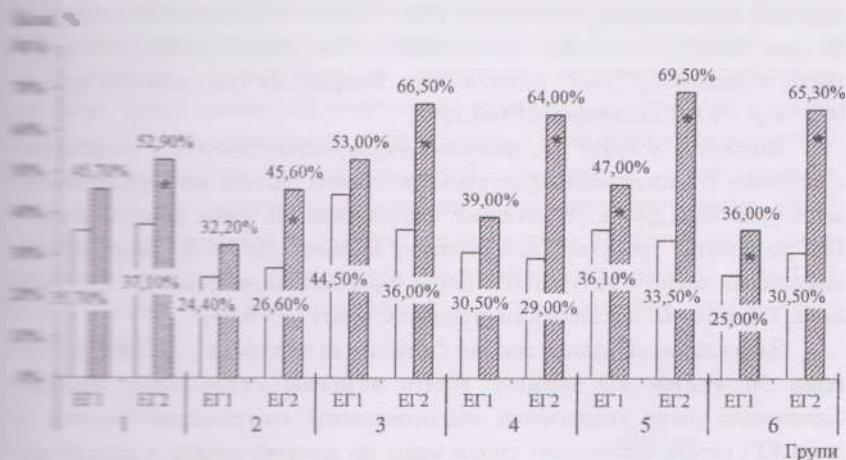


Рис. 5.6. Рівень теоретичної підготовленості спортсменів на етапі теоретичної підготовки, у % (EG1, n=18 та EG2, n=18):

□ – до початку тренувань;

▨ – через 30 тижнів від початку тренувань;

* – $p < 0,05$ – вірогідність відмінності показників відносно вихідних даних.

Рівні знань:

- 1 – Історія веслування на байдарках і каное як виду спорту;
- 2 – Громадянські та соціалізувальні знання у підготовці спортсменів;
- 3 – Знання спортивної підготовки;
- 4 – Медико-біологічні основи спортивної підготовки;
- 5 – Міжкласово-технічне забезпечення;
- 6 – Правила техніки безпеки.

Слід динаміка змін середніх показників рівня теоретичної підготовленості спостерігається за розділом «Медико-біологічні основи спортивної підготовки». У групі EG1, через 30 тижнів від початку занять зазначено вірогідних змін рівня освіченості веслувальників не відбулося, однак помітно є тенденція до його подальшого зростання. На противагу цьому, у групі EG2 за цей самий період тренувань середній показник рівня теоретичної підготовленості спортсменів за тематикою цього розділу підготовки зріс від $1,16 \pm 0,2$ до $2,56 \pm 0,13$. У відсотковому співвідношенні різниця між показниками становить 35,0 % ($p < 0,05$).

Навчально-тренувальні заняття з теоретичної підготовки спортсменів за розділом «Матеріально-технічне забезпечення» зумовили статистично вірогідні зміни середніх показників рівня освіченості веслувальників групи ЕГ₁ до і після педагогічного експерименту. Так, до початку занять цей рівень становив $0,72 \pm 0,07$ балів, а після завершення експерименту зріс на 10,9 % ($p < 0,05$) і становив $0,94 \pm 0,13$.

Водночас, у групі ЕГ₂ навчально-тренувальні заняття з теоретичної підготовки із застосуванням авторських ігрових засобів викликали значно вище зростання рівня теоретичної підготовленості юних веслувальників. Так, до початку тренувань цей показник становив $0,67 \pm 0,07$ балів, а після завершення експерименту статистично вірогідно підвищився до $1,39 \pm 0,07$ балів. Різниця між показниками становить 36,0% ($p < 0,05$).

За розділом «Правила техніки безпеки» як в групі ЕГ₁, так і в групі ЕГ₂ через 30 тижнів від початку занять виявлено статистично вірогідне підвищення рівня теоретичної підготовленості спортсменів. Зокрема, у групі ЕГ₁ рівень освіченості спортсменів до початку занять у середньому становив $1,0 \pm 0,13$ балів, а після завершення педагогічного експерименту зріс на 11,0 % ($p < 0,05$) і становив $1,44 \pm 0,2$ балів. У групі ЕГ₂ рівень освіченості спортсменів до початку занять у середньому становив $1,22 \pm 0,13$, а по завершенні педагогічного експерименту зріс на 34,75 % ($p < 0,05$) і становив $2,61 \pm 0,13$ балів.

Слід звернути увагу на те, що як у групі ЕГ₁, так і в групі ЕГ₂ виявлено статистично вірогідне зростання загального рівня теоретичної підготовленості спортсменів за усіма запропонованими розділами знань на етапі початкової підготовки. Зокрема, у групі ЕГ₁ до початку педагогічного експерименту середній рівень теоретичної підготовленості за результатами тестування становив $7,56 \pm 0,4$ балів, а по закінченні вірогідно зріс до $9,78 \pm 0,6$ балів. Таке зростання у відсотковому співвідношенні становить 9,25 % ($p < 0,05$).

Разом із тим, у групі ЕГ₂ різниця між показниками до початку педагогічного експерименту та по його завершенні є значно більшою. Так, до початку експерименту середній рівень теоретичної підготовки становив $7,72 \pm 0,4$ балів, а після – вірогідно зріс до $13,78 \pm 0,73$ балів. У відсотковому співвідношенні таке зростання становить 25,25 % ($p < 0,05$) (Рис. 5.7.).

Таким чином, у результаті аналізу отриманих даних встановлено, що під впливом 30 тижневих тренувань у групі ЕГ₁, під час яких використовувалися лише засоби, передбачені навчальною програмою для

тільки ЕГ₂ статистично вірогідне зростання виявлено лише за двома розділами знань: «Матеріально-технічне забезпечення» та «Правила техніки гри». Середні показники правильних відповідей на запитання тесту за відповідними розділами становлять 47,0 % та 36,0 %, відповідно.

Під час, незважаючи на відсутність статистично вірогідного зростання рівня освіченості спортсменів групи ЕГ₁ за більшістю розділів знань, на етапі проведення педагогічного експерименту, встановлено певне підвищення загального рівня теоретичної підготовленості спортсменів. Це пояснюється наявним незначним зростанням рівня знань спортсменів за кожним окремо взятим розділом знань, що в результаті дало статистично вірогідному підвищенню загальної теоретичної підготовленості за усіма розділами знань юних баскетболістів.

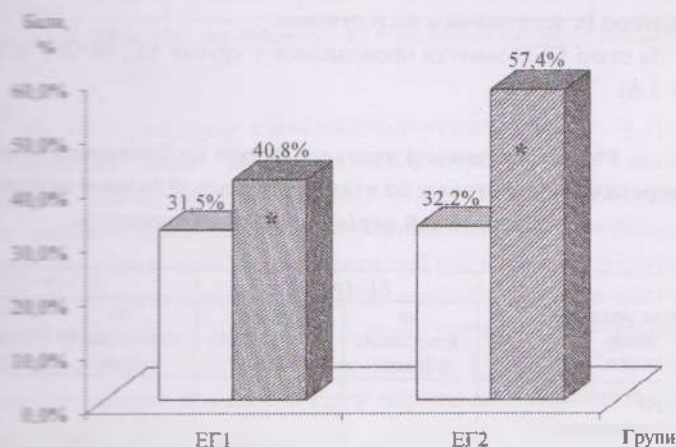


Рис. 5.7. Середній показник теоретичної підготовленості спортсменів ЕГ₁ (n=18) та ЕГ₂ (n=18) на етапі початкової підготовки, у %

□ – до початку тренувань;

■ – через 30 тижнів від початку тренувань;

У групі ЕГ₂, де під час занять зі спортсменами застосовувалися ігрові засоби, зареєстровано статистично вірогідне зростання рівня теоретичної підготовленості баскетболістів за усіма розділами знань. За нашу думку, це пояснюється тим, що ігрові засоби теоретичної підготовки спортсменів забезпечують значно вищий рівень емоційного

забаралення заняття, ніж використання лише засобів теоретичної підготовки, передбачених навчальною програмою [125] для даного етапу підготовки. Водночас, великий вплив на мотивацію спортсменів до оволодіння новими знаннями з обраного виду спорту чинить змагальний компонент, який обумовлює рейтинг гравців, що відображається, після завершення онлайн-гри групою спортсменів.

Разом із тим, аналіз результатів досліджень дозволив виявити розділи знань, за якими зареєстровано найбільшу кількість правильних відповідей на запитання тесту. Це такі розділи, як: «Матеріально-технічне забезпечення», за яким відсоткова частка правильних відповідей становить 69,5 %, «Зміст спортивної підготовки» – 66,5 %, «Правила техніки безпеки» – 65,3 %, «Медико-біологічні основи спортивної підготовки» – 64,0 %. Ми припускаємо, що вищий рівень знань за цими розділами можна пояснити можливістю їх практичного застосування.

На етапі ПБП заняття проводилися у групах ЕГ₃ (n=20) та ЕГ₄ (n=22) (Табл. 5.6).

Таблиця 5.6

Рівень освіченості веслувальників на байдарках і каное з теоретичної підготовки на етапі попередньої базової підготовки у підготовчий період річного макроциклу.

Назва розділу знань	Макс. к-ть балів	ЕГ ₃ (n=20)		ЕГ ₄ (n=22)	
		до експерименту (бали)	після експерименту (бали)	до експерименту (бали)	після експерименту (бали)
Історія веслування на байдарках і каное як виду спорту	4	1,3±0,184	1,75±0,184	1,45±0,171	2,41±0,171*
Гуманітарні та соціалізувальні знання у підготовці спортсменів	3	1,15±0,123	1,3±0,123	0,91±0,114	1,73±0,171*
Зміст спортивної підготовки	3	0,85±0,123	1±0,123	1±0,114	2,18±0,114
Загальні основи підготовки спортсменів	2	0,4±0,062	0,65±0,123	0,55±0,057	1,36±0,057*

Знання теоретичні	2	0,75±0,062	1±0,123	0,68±0,114	1,36±0,057*
Знання практичні	7	1,65±0,184	2±0,246	1,77±0,114	3,63±0,229*
Вміння технічні	2	0,6±0,062	0,65±0,123	0,55±0,057	1,45±0,057*
Вміння технічні	7	2±0,123	2,5±0,246	2,14±0,114	4,59±0,229*
Знання освітньо-бачі	30	8,7±0,61	10,85 ± 0,61*	9,27 ± 0,51	18,14 ± 0,8*

Примітка. Вірогідність відмінності показників відносно вихідних

* – $p < 0,05$.

Так, під час проведення навчально-тренувальних занять у групі ЕГ₃ використовувалися лише засоби та методи теоретичної підготовки, передбачені навчальною програмою [125]. У результаті тридцяти тижневих занять у групі ЕГ₃ за усіма окремо взятими розділами знань статистично вірогідних змін рівня теоретичної підготовленості спортсменів не виявлено, хоча варто відзначити помітну тенденцію до його зростання.

На противагу цьому, у групі ЕГ₄, де під час навчально-тренувальних занять із теоретичної підготовки крім засобів і методів, передбачених навчальною програмою для даного етапу підготовки, застосовувалися ще й авторські ігрові засоби теоретичної підготовки веслувальників, по завершенні педагогічного експерименту виявлено статистично вірогідне зростання рівня теоретичної підготовленості за усіма розділами знань (рис. 5.8.).

Отже, через тридцять тижнів тренувань у групі ЕГ₄ виявлено статистично вірогідні зміни рівня освіченості спортсменів за розділом знань «Історія веслування на байдарках і каное як виду спорту». Встановлено, що на початку занять за авторською програмою, рівень освіченості веслувальників групи ЕГ₄ за вище зазначеним розділом знань, у середньому становив $1,45 \pm 0,17$ балів, а по закінченні педагогічного експерименту зріс на 74,0 % ($p < 0,05$), досягнувши рівня $2,41 \pm 0,17$ балів.

За розділом «Гуманітарні та соціалізувальні знання у підготовці спортсменів» у групі ЕГ₄ до початку педагогічного експерименту рівень

теоретичної підготовленості спортсменів становив $0,91 \pm 0,11$ балів, а після – статистично вірогідно зріс на 27,33 % ($p < 0,05$), досягнувши $1,73 \pm 0,17$ балів.

Бали, %

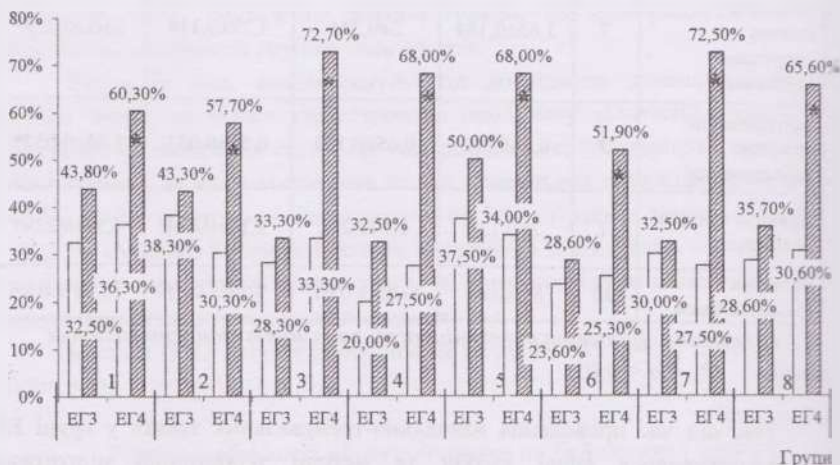


Рис. 5.8. Рівень теоретичної підготовленості спортсменів на етапі попередньої базової підготовки, у % (EG3, n=20 та EG4, n=22):

□ – до початку тренувань;

▨ – через 30 тижнів від початку тренувань;

* – $p < 0,05$ – вірогідність відмінності показників відносно вихідних даних.

Розділи знань:

- 1 – Історія веслування на байдарках і каное як виду спорту;
- 2 – Гуманітарні та соціалізувальні знання у підготовці спортсменів;
- 3 – Зміст спортивної підготовки;
- 4 – Загальні основи підготовки спортсменів;
- 5 – Змагальна діяльність;
- 6 – Медико-біологічні основи спортивної підготовки;
- 7 – Матеріально-технічне забезпечення;
- 8 – Правила техніки безпеки.

За розділом «Загальні основи підготовки спортсменів» через тридцять тижнів від початку навчально-тренувальних занять за експериментальною програмою також відбулися статистично вірогідні зміни у рівні теоретичної підготовленості юних веслувальників групи EG4. Так, до початку

педагогічного експерименту спортсмени цієї групи в середньому здобули $1,95 \pm 0,11$ балів, а після нього їхній результат статистично вірогідно підвищився до $2,18 \pm 0,11$ балів. Різниця між показниками становить $23,57\%$ ($p < 0,05$).

За розділом «Змагальна діяльність» у групі ЕГ₄ середній результат зріс до початку тренувань за розробленою програмою становив $1,55 \pm 0,06$ балів, а по завершенні педагогічного експерименту досягнув $2,16 \pm 0,06$ балів, покращившись на $40,5\%$ ($p < 0,05$) від початкового рівня.

У результаті аналізу результатів тестування спортсменів за розділом «Фізично-біологічні основи спортивної підготовки» встановлено, що через 10 тижнів від початку тренувань за авторською програмою у групі ЕГ₄ рівень обізнаності спортсменів статистично вірогідно підвищився з $1,79 \pm 0,14$ балів до $3,63 \pm 0,229$ балів. При цьому різниця між показниками у загальному співвідношенні становить $26,57\%$ ($p < 0,05$).

Аналіз відповідей на запитання тесту за розділом «Матеріально-технічне забезпечення» довів, що до початку навчально-тренувальних занять у групі ЕГ₄ рівень освіченості веслувальників у середньому становив $1,75 \pm 0,06$ балів, а по завершенні статистично вірогідно зріс на 45% ($p < 0,05$), досягнувши у середньому $1,45 \pm 0,06$ балів.

Схожа тенденція спостерігалася й у відповідях на запитання тесту за розділом «Правила техніки безпеки». До початку педагогічного експерименту середня кількість балів, яку вдалося здобути спортсменам групи ЕГ₄, становила $2,14 \pm 0,11$, а після занять за розробленою програмою з теоретичної підготовки середній рівень освіченості спортсменів зріс на $33,1\%$ ($p < 0,05$), досягнувши в середньому $4,59 \pm 0,23$ балів.

Слід звернути увагу на те, що у групі ЕГ₃, незважаючи на відсутність статистично достовірної різниці між показниками рівня освіченості спортсменів за кожним окремо взятим розділом знань, загальна кількість балів, отримана за усіма темами розділів, статистично вірогідно підвищилася від початкового рівня знань. Так, до початку тренувань середня оцінка рівня знань спортсменів становила $8,7 \pm 0,61$, а після – $10,85 \pm 0,61$, покращившись при цьому на $7,2\%$ ($p < 0,05$).

Водночас у групі ЕГ₄ навчально-тренувальні заняття із застосуванням авторських ігрових засобів теоретичної підготовки спортсменів значно ефективніше вплинули на середні результати тестування за усіма темами теоретичної підготовки веслувальників на етапі ДБП, ніж тренування у групі ЕГ₃. Про це свідчить значно вищий рівень зростання середніх оцінок спортсменів за усіма запитаннями тесту

(30 запитань) до і після проведення педагогічного експерименту, які в середньому становлять $9,27 \pm 0,51$ балів та $18,14 \pm 0,8$ балів відповідно. Така різниця у відсотковому співвідношенні становить 29,56 % ($p < 0,05$) (Рис. 5.9.).

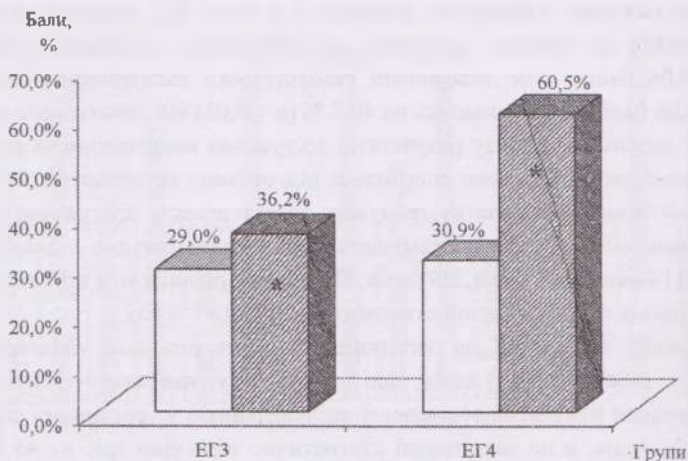


Рис. 5.9. Середній показник теоретичної підготовленості спортсменів EG₃ (n=20) та EG₄ (n=22) на етапі попередньої базової підготовки, у %.

□ – до початку тренувань;

▨ – через 30 тижнів від початку тренувань;

Отже, аналіз результатів тестування знань веслувальників на байдарках і каное показав, що у групі EG₃ за усіма окремо взятими розділами знань статистично вірогідних змін рівня теоретичної підготовленості спортсменів не виявлено, хоча встановлено тенденцію до його зростання, яка й посприяла статистично вірогідному підвищенню загального рівня їх теоретичної підготовленості. Встановлено, що через тридцять тижнів від початку тренувань рівень теоретичної підготовленості веслувальників у групі EG₃ за різними розділами знань коливається в межах від 2,5 % до 12,5 %.

На противагу цьому, через тридцять тижнів від початку педагогічного експерименту у групі EG₄ під час навчально-тренувальних занять із застосуванням авторських ігрових засобів теоретичної підготовки виявлено не лише статистично вірогідну різницю за кожним із запропонованих розділів знань відносно початкового рівня, а і значно вищий загальний

теоретичної підготовленості спортсменів (у відсотковому вираженні), порівняно з групою ЕГ₃.

Найвище зростання рівня обізнаності спортсменів на етапі ПБП, що становить 45,0 % ($p < 0,05$), встановлено у групі ЕГ₄ за розділом знань «Матеріально-технічне забезпечення», який на цьому етапі підготовки був представлений темами «Спортивний інвентар. Правила збереження та експлуатації», «Вимоги до місць проведення занять та змагань» та «Відновлення спортсмена».

Водночас за розділом знань «Загальні основи підготовки спортсменів», що був представлений темою «Втома та відновлення», запропоновано зростання рівня теоретичної підготовленості на 40,5 % ($p < 0,05$), а за розділом «Зміст спортивної підготовки», за яким до вивчення було запропоновано теми «Формування знань про техніку виду спорту» та «Формування знань про особливості фізичної підготовки спортсменів», зростання рівня теоретичної підготовки становить 39,3 % ($p < 0,05$). Високий рівень обізнаності за вище зазначеними розділами можна пояснити як застосуванням інноваційних засобів навчання, але й також ефективним застосуванням набутих знань.

За іншими розділами знань зростання рівня теоретичної підготовки спортсменів групи ЕГ₄ коливається від 24,0 % ($p < 0,05$) до 35,0 % ($p < 0,05$).

5.5. Імплементація концептуальних положень теоретичної підготовки в циклічних видах спорту до системи підготовки кадрів зі спеціальності 017 «Фізична культура і спорт»

У сфері фізичної культури і спорту щороку зростає чисельність учасників, які наполягають на впровадженні в освітній процес інновацій у методи, засоби, методів, форм навчання, контрольних заходів, нових технологій [34, 179, 430, 567, 578], у тому числі і новітніх інформаційних технологій [156, 199, 260, 269, 283, 615].

Адже імplementовані в процес підготовки тренерів-викладачів інновації сприятимуть їхній майбутній інноваційній діяльності та творчому підходу до підготовки спортсменів.

Отже, потреба впровадження у процес підготовки тренерів-викладачів концептуальних положень теоретичної підготовки в ЦВС викликана актуальним запитом щодо спеціальних (предметних, фахових) професійних компетентностей здобувачів вищої освіти рівня бакалавра, магістра та доктора філософії зі спеціальності 017 - «Фізична культура і спорт» та потребою у конкурентоспроможних фахівцях.

Результати проведеного анкетування серед науково-педагогічних працівників засвідчили, що навчати майбутніх тренерів умінню передавати теоретичні знання спортсменам рекомендується на третьому (80,68 %) та четвертому (80,68 %) курсах першого (бакалаврського) рівня вищої освіти та у 1-му семестрі (79,55 %) другого (магістерського) рівня.

При цьому аналіз результатів анкетування свідчить про відсутність єдиної думки серед науково-педагогічних працівників щодо навчальних дисциплін, за допомогою яких доречно формувати вміння майбутніх тренерів з передачі теоретичних знань спортсменам, а також уніфікації назв навчальних дисциплін і їхнього змістового наповнення. Водночас немає єдиної думки стосовно того, який саме відсоток від загального обсягу навчальної дисципліни слід цьому приділяти.

Тому ми орієнтувались на наявну нормативну базу процесу підготовки кадрів зі спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» і, перш за все, на «Стандарт вищої освіти України: перший (бакалаврський) рівень вищої освіти, галузь знань 01 Освіта/Педагогіка, спеціальність 017 Фізична культура і спорт. Київ: від 24.04.2019 р. №567» [563].

Таким чином, з метою імплементації концептуальних положень теоретичної підготовки в ЦВС до системи підготовки кадрів зі спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» було розроблено методичні матеріали, фрагменти лекційних та практичних занять для першого (бакалаврського) і другого (магістерського) рівнів вищої освіти.

Для першого (бакалаврського) рівня вищої освіти методичні матеріали, фрагменти лекційних та практичних занять було впроваджено в межах навчальної дисципліни «Основи теорії і методики спортивного тренування», а для другого (магістерського) рівня – в межах навчальної дисципліни «Теорія і методика спортивної підготовки» Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Зазначені навчальні дисципліни викладаються окремо для кожної групи видів спорту, зокрема для ЦВС.

Вивчення навчальної дисципліни «Основи теорії і методики спортивного тренування» забезпечує майбутнім тренерам-викладачам оволодіння нижче зазначеними, загальними та фаховими компетентностями [563].

Серед загальних компетентностей відзначимо здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями; здатність реалізовувати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні;

здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та тенденційностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій; здатність працювати в команді; здатність планувати та керувати часом; навички використання інформаційних і комунікаційних технологій; навички міжособистісної взаємодії; здатність бути критичним і конструктивним; здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

Серед фахових компетентностей – здатність забезпечувати формування фізичної культури особистості; здатність проводити тренування та супроводження участі спортсменів у змаганнях; здатність до організації оздоровчо-рекреаційної рухової активності різних груп населення; здатність визначати заходи з фізкультурно-спортивної реабілітації та форми адаптивного спорту для осіб, що їх потребують; здатність зміцнювати здоров'я людини шляхом використання рухової активності, раціонального харчування та інших чинників здорового способу життя; здатність до розуміння ретроспективи формування сфери фізичної культури і спорту; здатність застосовувати знання про будову та функціонування організму людини; здатність проводити біомеханічний аналіз рухових дій людини; здатність надавати долікарську допомогу під час виникнення невідкладних станів; здатність здійснювати навчання, виховання та соціалізацію людини у сфері фізичної культури і спорту, застосовуючи різні педагогічні методи та прийоми; здатність аналізувати психофізіологію людини під час занять фізичною культурою і спортом; здатність використовувати спортивні споруди, спеціальне обладнання та інвентар; здатність застосовувати сучасні технології управління суб'єктами сфери фізичної культури і спорту; здатність до безперервного професійного розвитку.

Імплементація в навчальний процес на першому (бакалаврському) рівні вищої освіти полягала у використанні авторських інтерактивних засобів теоретичної підготовки із застосуванням ігрового та змагального методів навчання у заняттях з дисципліни «Основи теорії і методики активного тренування».

Так як на думку майбутніх тренерів-викладачів із ЦВС будь-який навчальний матеріал краще засвоюється, якщо його передачу здійснювати в ігровій формі із використанням сучасних електронних пристроїв як персональні комп'ютери, ноутбуки, ігрові планшети чи смартфони. Студентами було наголошено на великій перевазі закладеної у комп'ютерну

програму можливості визначення переможця серед усіх учасників гри, що є додатковим стимулом для спортсменів. Водночас підкреслено, що запропоновані інтерактивні засоби у поєднанні з ігровим та змагальним методами, на відміну від традиційних, є більш емоційно забарвленими та викликають більшу зацікавленість до теоретичного матеріалу. Бажання застосовувати запропоновані інтерактивні засоби у співвідношенні з ігровим та змагальним методами у своїй майбутній професійній діяльності виявили усі присутні на занятті студенти.

З метою впровадження методичних матеріалів у навчальний процес другого (магістерського) рівня вищої освіти було обрано навчальну дисципліну «Теорія і методика спортивної підготовки», вивчення якої забезпечує майбутнім тренерам-викладачам оволодіння нижче зазначеними загальними та фаховими компетентностями.

Серед загальних компетентностей зазначимо здатність критично осмислювати основні світоглядні теорії і принципи у навчанні та професійній діяльності; здатність володіти основами знань аналізу будови, нормального та індивідуального розвитку людського організму та його рухових функцій; здатність працювати з фаховою інформацією, впроваджувати сучасні наукові дані у практичну діяльність.

Серед фахових компетентностей – здатність формувати в учнів предметні компетентності з фізичного виховання, медико-біологічних та психологічних основ і технологій розвитку рухових умінь і навичок та фізичних якостей, санітарно-гігієнічних основ діяльності у сфері фізичної культури; здатність здійснювати об'єктивний контроль і оцінювання рівня навчальних досягнень учнів з фізичного виховання; здатність оцінювати фізичні здібності і функціональний стан учнів, адекватно обирати засоби і методики рухової діяльності для корекції стану учнів з урахуванням їх індивідуальних особливостей.

Враховуючи, що на законодавчому рівні [470] для здобувачів вищої освіти на другому (магістерському) рівні вищої освіти передбачено набуття знань та умінь, які допоможуть у розв'язанні задач інноваційного характеру за обраною спеціальністю, то під час занять із вище зазначеної дисципліни студентам було запропоновано ознайомитися з виявленими закономірностями теоретичної підготовки в ЦВС (неспецифічність навчання; єдність розумового та фізичного розвитку; перенесення знань, залежність змісту теоретичної підготовки від потреб та цілей, які висувас конкретний вид спорту або група видів спорту, темпів соціального й науково-технічного прогресу, когнітивних можливостей спортсменів, рівня

змісту теорії та практики підготовки спортсменів, матеріально-технічних можливостей спортивних шкіл; залежність ефективності теоретичної підготовки від матеріально-технічних умов), а також принципами диференціації теоретичної підготовки у ЦВС; єдності теоретичної підготовки суб'єктів системи підготовки; когнітивної відповідності навчальним знанням з теоретичної підготовки; ресурсності теоретичної підготовки; технологічності теоретичної підготовки; уніфікації теоретичної підготовки та функціями (конкретизації, стандартизації, організації, професійно-орієнтації та самовдосконалення спортсмена у процесі теоретичної підготовки в ЦВС) теоретичної підготовки в ЦВС.

Таким чином, результати проведених досліджень засвідчили наявність протиріччя, яке полягає у невідповідності структури та змісту теоретичної підготовки, представленій у діючій навчальній програмі [125], вимогам до теоретичної підготовки веслувальників, що було використано за даними анкетування.

Структуру та зміст авторських програм із теоретичної підготовки спортсменів, які спеціалізуються з ЦВС на різних етапах багаторічного спортивного вдосконалення, розроблено з урахуванням фундаментальних положень загальної теорії підготовки спортсменів та думок тренерів-наставників. Експериментальними чинниками у формуванні авторських програм тренувальних занять для етапів ПП та ПБП спортсменів на байдарках і каное виступають модифіковані структура, зміст та авторські інтерактивні засоби теоретичної підготовки із застосуванням ігрового та змагального методів.

Під час розробки і впровадження засобів контролю за теоретичною підготовленістю веслувальників виявлено існування відмінностей впливу тренувань із застосуванням ігрових засобів теоретичної підготовки і тренувань із застосуванням лише засобів, передбачених навчальною програмою [125], на рівень теоретичної підготовленості спортсменів на етапах ПП і ПБП.

Тренування, під час яких застосовувалися лише засоби теоретичної підготовки, рекомендовані навчальною програмою [125], виявилися неефективними за більшістю розділів знань як на етапі ПП (ЕГ₁), так і на етапі ПБП спортсменів (ЕГ₃).

На противагу цьому, заняття, під час яких, крім передбачених навчальною програмою засобів, застосовувалися також авторські інтерактивні засоби теоретичної підготовки із застосуванням ігрового та змагального методів, сприяли вірогідному підвищенню рівня теоретичної

підготовленості за усіма запропонованими для етапів ПП (ЕГ₂) та ПБП (ЕГ₃) розділами знань.

Незважаючи на те, що за більшістю розділів знань спортсменів (ЕГ₁ та ЕГ₃), у процесі теоретичної підготовки яких використовувалися лише засоби, рекомендовані навчальною програмою [125], статистично вірогідного зростання рівня освіченості веслувальників не встановлено. нами зареєстровано статистично вірогідне підвищення загального рівня теоретичної підготовленості спортсменів.

Навчально-тренувальні заняття із застосуванням ігрових засобів виявилися ефективнішими, ніж заняття, на яких використовувалися лише рекомендовані навчальною програмою засоби теоретичної підготовки.

Заняття із застосуванням ігрових засобів теоретичної підготовки більшою мірою сприяли підвищенню загального рівня теоретичної підготовленості юних веслувальників на етапах ПП – до 57,4 % ($p < 0,05$) та ПБП – до 60,5 % ($p < 0,05$), ніж заняття, на яких використовувалися лише рекомендовані навчальною програмою засоби теоретичної підготовки – до 40,8 % ($p < 0,05$) та до 36,2 % ($p < 0,05$) відповідно.

Концептуальні положення теоретичної підготовки в циклічних видах спорту імплементовано до системи підготовки спортсменів у ЦВС, системи підготовки кадрів зі спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» та підвищення кваліфікації тренерів-викладачів, що підтверджено актами впровадження.

ВИСНОВКИ

У монографії подано нове розв'язання науково-прикладної проблеми, пов'язаної з удосконаленням структури і змісту теоретичної підготовки спортсменів у циклічних видах спорту.

1. Науково-прикладну проблему теоретичної підготовки у циклічних видах спорту зумовлено суперечностями між доведеною потребою у теоретичній підготовці, відсутністю відповідних компонентів у програмно-методичному забезпеченні та належного науково-методичного обґрунтування структури і змісту теоретичної підготовки в циклічних видах спорту; загальними вимогами щодо контролю рівня підготовленості спортсменів та відсутністю об'єктивних критеріїв теоретичної підготовленості в циклічних видах спорту; соціальним запитом щодо спеціальних професійних компетентностей здобувачів вищої освіти рівня бакалавра, магістра та доктора філософії зі спеціальності 017 «Фізична культура і спорт» та відсутністю відповідного змістового наповнення навчальних дисциплін ЗВО стосовно теоретичної підготовки спортсменів у циклічних видах спорту.

2. У системі багаторічного вдосконалення спортсменів у циклічних видах спорту наявна фрагментарність реалізації теоретичної підготовки, що проявляється в обсязі навантаження, тематиці інформаційного матеріалу та способах реалізації теоретичної підготовки.

Так, на реалізацію теоретичної підготовки спортсменів у різних навчальних програмах із циклічних видів спорту передбачено різну кількість годин. Річне навантаження у веслуванні на байдарках і каное на всіх етапах підготовки становить 30 годин, у веслуванні академічному воно коливається в межах від 20 до 34 годин, у лижних гонках – від 18 до 45 годин, у плаванні – від 5–6 до 13–14 годин, у легкій атлетиці кількісні критерії річних обсягів навчально-тренувального навантаження з теоретичної підготовки взагалі відсутні.

При цьому з кожним наступним етапом спостерігається зниження відносного показника обсягу теоретичної підготовки до абсолютної кількості годин, відведених на здійснення навчально-тренувального процесу в макроциклі. Очевидним недоліком також є дублювання багатьох тем із теоретичної підготовки у навчальних програмах на різних етапах багаторічного тренування без диференціації змісту на кожному з цих етапів.

3. У ставленні кваліфікованих спортсменів і тренерів-викладачів до розкриття знань із теоретичної підготовки спортсменів встановлено спільні і відмінні ознаки. У першій стадії процесу багаторічного удосконалення

спортсменів спільним є позитивне ставлення до розділів «Історія виду спорту» (спортсмени – 50,69–62,33 %; тренери – 40,24–63,42%), «Гуманітарні та соціалізувальні знання у підготовці спортсменів» (спортсмени – 72,61–85,61 %; тренери – 84,14–91,47 %), «Правила техніки безпеки» (спортсмени – 50,00–63,38%; тренери – 56,09–64,64%), у другій стадії багаторічного удосконалення спортсменів – «Планування підготовки спортсменів» (спортсмени – 83,56–89,72%; тренери – 82,92–98,78%), «Змагальна діяльність» (спортсмени – 84,25–91,78%; тренери – 71,95–91,47%), «Медико-біологічні основи спортивної підготовки» (спортсмени – 84,93–90,41%; тренери – 75,37–97,56%).

Разом із тим, на відміну від спортсменів, які надають великого значення вивченню розділу «Матеріально-технічне забезпечення» (78,08–84,25%), у другій стадії процесу багаторічного удосконалення спортсменів більшість тренерів (74,39–89,02%) наполягає на важливості отримання інформації за цим розділом саме у першій стадії процесу багаторічного вдосконалення спортсменів та, водночас, наголошують на значній потребі у знаннях за розділами «Зміст спортивної підготовки» (62,19–89,02 %), «Загальні основи підготовки спортсменів» (76,83–92,68 %) у другій стадії процесу багаторічного вдосконалення спортсменів.

Пріоритетним джерелом забезпечення інформацією з теоретичної підготовки серед кваліфікованих спортсменів (58,22 %) є інтернет, а тренери-викладачі циклічних видів спорту літературні джерела та інформаційні ресурси інтернет оцінюються рівнозначно (по 42,68 %).

4. Найбільш затребуваними у теоретичній підготовці спортсменів на всіх етапах підготовки є технічні засоби навчання (спортсмени – 63,02–66,44 %; тренери – 74,39–84,15 %). Установлено, що з підвищенням рівня майстерності спортсменів зростає потреба застосування таких засобів теоретичної підготовки, як вивчення збірників наукових статей, навчальних посібників, монографій, книг, проведення лекцій та використання пошукових сервісів інтернету.

Разом із тим перегляд кінофільмів та телепрограм, застосування ігор (зокрема й комп'ютерних) та практичних заходів (конкурсів, зустрічей, проєктів), використання плакатів, малюнків та анімації як засобів теоретичної підготовки, на думку більшості респондентів, є ефективним саме на початкових етапах підготовки.

5. Пріоритетними методами теоретичної підготовки на етапах початкової та попередньої базової підготовки є наочні (91,46%) та ігрові (93,91–96,34%), натомість із підвищенням спортивної майстерності поступово зростає потреба в застосуванні методів інформаційного пошуку

досягає найбільшого значення 90,24 % на етапі підготовки до вищих досягнень), інтерактивних методів (досягає найбільшого значення 80,94 % на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей) та самосвіті (досягає найбільшого значення 95,12% на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей). Застосування змагального (60,98–96,34 %) та вербальних (81,71–97,56 %) методів для підвищення теоретичних знань спортсменів є ефективним на усіх етапах підготовки, крім двох останніх.

6. Наукове обґрунтування теоретичної підготовки в ЦВС проведено з урахуванням трьох рівнів наукових знань: парадигмального (містить фундаментальні положення сфери фізичної культури та спорту), концептуального (містить організаційно-методологічні основи теоретичної підготовки в спорті), операційного (містить концептуальні положення теоретичної підготовки в циклічних видах спорту: закономірності, принципи та функції теоретичної підготовки в циклічних видах спорту, специфіковані засоби, методи та змістове наповнення засобів контролю, а також можливість інтеграції знань із теоретичної підготовки в циклічних видах спорту до системи підготовки кадрів зі спеціальності 017 «Фізична культура і спорт»). Виокремлено закономірності, сформовано принципи та функції теоретичної підготовки в циклічних видах спорту, специфіковано засоби, методи та змістове наповнення засобів контролю залежно від структури та змісту змагальної діяльності.

Технологія теоретичної підготовки передбачає розроблення та експериментальне впровадження компонентів теоретичної підготовки (засобів, методів, прийомів, форм контролю) у процес багаторічного спортивного вдосконалення спортсменів у вигляді системи дій, що забезпечує формування їхньої теоретичної підготовленості.

7. Навчально-тренувальні заняття із застосуванням авторських інтерактивних засобів теоретичної підготовки сприяли достовірному ($p < 0,05$) підвищенню загального рівня теоретичної підготовленості юних виступальників на етапі початкової підготовки (25,25%) та на етапі попередньої базової підготовки (29,56%). Навчально-тренувальні заняття із застосуванням лише засобів теоретичної підготовки, що передбачені навчальною програмою, виявилися суттєво менш ефективними як на етапі початкової (9,25%), так і на етапі попередньої базової підготовки (7,2%) стосовно підвищення загального рівня теоретичної підготовленості юних виступальників ($p < 0,05$).

8. Імплементація концептуальних положень теоретичної підготовки в циклічних видах спорту в навчальний процес, що ґрунтувалася на

узагальненні практичного досвіду науково-педагогічних працівників закладів вищої освіти стосовно формування вміння майбутніх тренерів передавати теоретичні знання спортсменам, повинна відбуватися впродовж навчання на третьому (що пропонувало 80,68 % респондентів) і четвертому (80,68 % респондентів) курсах першого (бакалаврського) рівня вищої освіти та під час першого семестру (79,55% респондентів) другого (магістерського) рівня вищої освіти і полягала у впровадженні теоретичних і практичних положень використання авторських інтерактивних засобів теоретичної підготовки на першому (бакалаврському) рівні вищої освіти та концептуальних положень теоретичної підготовки в циклічних видах спорту на другому (магістерському) рівні вищої освіти.

Перспективи подальших досліджень пов'язані з розробкою нових комплексних тренувальних програм із удосконалення теоретичної підготовки в ЦВС, що сприятимуть оптимізації навчально-тренувального процесу спортсменів на різних етапах підготовки.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аванесов ВС. Содержание теста и тестовых заданий. *Психологические измерения*. 2007;4:29-60.
2. Агаджанян НА, Полатайко ЮА. Экология, здоровье, спорт. *Москва*: Плай; 2002. 125 с.
3. Андресен Бенг Б. Мультимедиа в образовании: специальный учебный курс. Информационные технологии в образовании. 2-е изд., испр. *Москва*: Дрофа; 2007. 224 с.
4. Антонова ОЄ. Педагогічні технології та їх класифікація як актуальна проблема. Сучасні технології в освіті. Сучасні технології навчання: наук.-допом. бібліогр. покажч. Київ: НАПН України, ДНПБ України ім. В. О. Сухомлинського, 2015. Частина 1.
5. Аракелян ЕЕ, Примаков ЮН, Шестаков МП. Современный подход на подготовку легкоатлетов: монография. *Москва*: НОУ РГУФК; 2006. 224 с.
6. Арефьев ВГ, Єдинак ГА. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту): навч. посіб. Кам'янець-Подільський: Абетка Нова; 2001. 384 с.
7. Артеменко ВМ. Навчатися граючись. Ігрові форми і методи навчання. Педагогічна майстерня. 2012;5(17):16-20.
8. Асмолова ЛА. Управление физическим воспитанием студентов на основе современных информационных технологий [автореферат]. *Алматы*: КАСТ; 2003. 28 с.
9. Ахметов РФ, Кутек ТБ. Сучасні тенденції використання інформаційних технологій у технічній підготовці спортсменів. В: *Вісник Черніг. держ. пед. ун-ту. Збірн. наук пр. Чернігів*; 2011;86:15-18.
10. Ахметов РФ, Максименко ГМ, Кутек ТБ. Легка атлетика: підручник. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка; 2013. 340 с.
11. Ахметов РФ, Шаверський ВК. Проблеми й перспективи формування професійної майстерності фахівців фізичної культури засобами інформаційних технологій. В. *Вісник Житомирського державного університету імені Івана Франка. Зб. наук. пр. Житомир*; 2007;34:50-52.
12. Ашанин ВС, Голосов ПП, Горбатенко ЮИ. Компьютерные технологии диагностики точности двигательных действий спортсменов. *Физическое воспитание студентов*. 2010;2:11-13.
13. Ашанин ВС, Филенко ЛВ. Информационные технологии совершенствования индивидуальных когнитивных способностей студентов творческих специальностей. *Физическое воспитание студентов творческих специальностей*. 2008;3:1-3.

14. Ашанин ВС, Романенко ВВ. Использование компьютерных технологий при оценке сенсомоторных реакций в единоборствах. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2015;4(48):15-17.

15. Ашанин ВС, Філенко ЛВ, Нестеренко МС. Комп'ютерне моделювання моніторингу знань студентів вищих навчальних закладів фізичної культури. Теорія та методика фізичного виховання. 2011;15:42-45.

16. Ашанин ВС, Філенко ЛВ, Церковна ОВ, Ліджев ОВ. Информатизация методов научных исследований в физическом воспитании та спорте средствами интерактивных технологий. In: Strategiczne pytania swiatowej nauki. Materiały IX miedzynarod. nauk.-prakt. konf. Przemysl. Fizyczna kultura i sport: Polska. Nauka i studia; 2013, s. 39–46.

17. Ашмарин БА. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании: пособие. Москва: Физкультура и спорт; 1978. 223 с.

18. Ашуров А. Інтеграція інтерактивних технологій теоретичної підготовки у фізичне виховання студентів. В: Приступа Є., редактор. Молода спортивна наука України. Зб. тез доп. Львів; 2017;21:49.

19. Бажан МП, Антонов ОК та ін., редактори. „Технологія” Українська радянська енциклопедія: у 12 т., 2-ге вид. К.: Головна редакція УРЕ; 1974–1985.

20. Баканичев ОВ. Оптимізація стану функціональної системи дихання та підвищення працездатності веслярів на байдарці та каное внаслідок інтервального гіпоксичного тренування [автореферат]. Київ: Український держ. ун-т фізичного виховання та спорту; 1996; 24 с.

21. Балахнічова Г, Завацька Л, Заремба Л. Технологія професійного формування майбутнього вчителя фізичної культури. В. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. Зб. наук. пр. Східноєвроп. Нац. Ун-т ім. Лесі Українки. Луцьк; 2008;1:138-142

22. Балашова ВФ. Физическая культура: тестовый контроль знаний: метод. пособие. Москва: Физическая культура; 2007. 131 с.

23. Балик НР, Шмигер ГП. Технології Веб 2.0 в освіті: навч. посіб. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан; 2011. 128 с.

24. Барыкинский ЗА, Юдин БД. Оценка функционального состояния организма как критерий прогнозирования эффективности тренировки в академической гребле. Актуальные проблемы физической культуры и спорта. 2012;16-21.

25. Батышев СЯ, редактор. Энциклопедия профессионального образования: в 3 т. Москва: АПО; 1999. Том 2. 440 с.

28. Башлыков ЮИ. Опыт использования психологических особенностей формирования двигательных навыков при обучении спортсменов (на примере бега на короткие дистанции) [автореферат]. Тарту: Тартуский университет; 1973. 24 с.
29. Безуглая ВВ, Головащенко РВ. Влияние препарата кардонат на показатели биоэлектрической активности сердца и артериальное давление квалифицированных бегунов на средние дистанции. В: Медицина для спорта. Материалы II Всерос. (с междунар. участием) науч. конф.; 23 Мар. 2012. Москва; 2012, с. 16-17.
30. Бережанський ВО. Спеціальна фізична підготовка кваліфікованих лижників-двоборців [автореферат]. Львів: ЛДУФК; 2002. 20 с.
31. Бережанський ОО. Удосконалення структури та змісту фізичної підготовки лижників-двоборців на етапі попередньої базової підготовки [автореферат]. Львів: ЛДУФК; 2011. 20 с.
32. Бережнюк ПГ та ін., редактори. Специфікація. Митна енциклопедія: у 2 т. Хмельницький: ПП Мельник АС, 2013, 536 с. Том 2: Ш — Я. с. 364.
33. Березін ВГ, Тимошенко ЛВ, Захарчук Р. Шахи: Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності [Інтернет]. Київ; 2008 [оновлено 2016 Лип. 29; цитовано 2016 Вер. 22]; Доступно: <http://dmsu.gov.ua/media/2019/03/14/17/Shahi.pdf>
34. Бернштейн НА. О ловкости и ее развитии. Москва: Физкультура и спорт; 1991. 287 с.
35. Белих С. Методика теоретичної підготовки кікбоксера. В: Молодь та спортивна наука України. Зб. наук. пр. Львів; 2005; 1(9), с. 117-120.
36. Белікова НО. Сучасні тенденції професійної підготовки майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту. В: Вісник Чернівецького нац. пед. ун-ту ім. Т. Г. Шевченка. Серія: Пед. науки. Фізичне виховання та спорт. Зб. наук. пр. Чернівці; 2013; 2(112), с. 52-56.
37. Бичков ОС, Черний ЮВ. Сучасний підхід до використання інформаційних технологій у організації та проведенні навчального процесу. Інформаційні технології в освіті. 2009;4:179-183.
38. Бишевец НГ, Калапа ХА. Використання інноваційних та інформаційних технологій у підготовці спортсменів. В: Молодь та спортивний рух. Збірник тез доповідей X Міжнародної наукової конференції; 2017 Трав. 24-25; Київ. Київ: НУФКСУ; 2017, с. 231-232.

37. Бишевець НГ, Сергієнко КМ, Синіговець ІВ, Блістів ТВ. Структура професійної компетентності фахівця з фізичного виховання і спорту в сучасних умовах. В: Сучасні біомеханічні та інформаційні технології у фізичному вихованні і спорт: Матеріали IV Всеукраїнської електронної конференції. Київ: НУФКІСУ; 2016, с. 112-4.

38. Бишевець НГ. Формування навичок розробки інформаційних технологій навчання у майбутніх вчителів фізичного виховання. В: Вісник Чернігівського нац. пед. ун-ту. Зб. наук. пр. Чернігів; 2011;2(91), с. 41-44.

39. Білуха МТ. Методологія наукових досліджень: підручник. Київ: АБУ; 2002. 480 с.

40. Бірюк С. Методи оцінки і контролю технічної підготовленості юних бар'єристів. В: Єрмаков СС, редактор. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. Зб. наук. пр. Харків; 2000;1, с. 21-4.

41. Бобровник В, Криворученко О. Особливості фізичної підготовленості кваліфікованих бігунів на короткі та середні дистанції, членів резервної збірної команди України з легкої атлетики. Теорія і методика фіз. виховання і спорту. 2010;3:12-17.

42. Бобровник В, Тихоненко Я. Рациональный состав тренировочных средств квалифицированных бегунов на средние дистанции. In: Sport. Olimpism. Sanatate. Mater. congres. stiint. intern.; 2016; Chisinau: USEFS; 2016, 2. p. 146-153.

43. Бобровник ВИ, Тихоненко ЯП. Совершенствование силовых способностей бегунов на средние дистанции как основной фактор достижения высоких спортивных результатов на этапе максимальной реализации индивидуальных возможностей. Физическое воспитание студентов. 2014;3:9-17.

44. Богданов ВМ, Пономарев ВС, Соловов АВ. Использование современных информационных технологий в теоретической и методико-практической подготовке студентов по физическому воспитанию. В: Материалы Всерос. науч.-практ. конф.; 2000 Ап. 14-27; Санкт-Петербург. 2000, с. 78-82.

45. Богданов ВМ, Пономарев ВС, Соловов АВ. Электронное дистанционное обучение в вузовском курсе дисциплины „Физическая культура“. Совершенствование учебного и тренировочного процессов в системе образования. 2013;1:349-53.

46. Богданов ВМ, Пономарев ВС. Информационные технологии обучения в преподавании физической культуры. Теория и практика физ. культуры. 2001;8:55-59.

47. Богданов ГП. Лыжный спорт в школе: пособие. Москва: Просвещение; 1975. 192 с.
48. Богородский СВ. Индивидуализация тренировки бегунов на основе изучения психологических особенностей [автореферат]. Москва: Гос. центр. ин-т физ. культ.; 1974. 16 с.
49. Богуславська В, Бріскін Ю, Пітин М. Напрями застосування сучасних інформаційних технологій в галузі фізичної культури і спорту. Спортивний вісник Придніпров'я. 2017;2:16-20.
50. Богуславська В, Горшова І. Вплив різних режимів тренувань з веслування на фізичну та функціональну підготовленість дівчат 14-15 років та їх здатність адаптуватися до несприятливої метеоситуації. В: Молода спортивна наука України. 36. наук. пр. Львів. 2010;1(14), с. 31-35.
51. Богуславська В, Жмуцький П, Бондар О. Вплив різних режимів тренувань на фізичну підготовленість хлопців та дівчат на етапі попередньої базової підготовки у веслуванні на байдарках. Фізична активність, здоров'я і спорт. 2015;4(22):28-33.
52. Богуславська В, Пітин М, Бріскін Ю. Рівень значущості розділів теоретичної підготовки в циклічних видах спорту. Вісник Прикарпатського університету. Серія: Фізична культура. 2017;25-26:17-22.
53. Богуславська В, Пітин М. Пріоритетність засобів теоретичної підготовки у навчальному процесі майбутніх тренерів-викладачів з циклічних видів спорту (на матеріалі опитування викладачів вишів). Фізична активність, здоров'я і спорт. 2017;4(30):32-39.
54. Богуславська В. Пріоритетність засобів теоретичної підготовки в циклічних видах спорту (на матеріалі опитування тренерів-викладачів). Фізична культура, спорт та здоров'я нації: збірник наукових праць. 2017;4(23):9-13.
55. Богуславська В. Удосконалення теоретичної підготовленості веслувальників на етапі попередньої базової підготовки шляхом застосування авторських інтерактивних засобів. Фізична культура, спорт та здоров'я нації. 2020;9(28):132-7. DOI: [https://doi.org/10.31652/2071-5285-2020-9\(28\)-132-137](https://doi.org/10.31652/2071-5285-2020-9(28)-132-137)
56. Богуславська ВЮ, Бріскін ЮА, Пітин МП. Зміст теоретичної підготовки у лижних гонках. Науковий часопис Нац. пед. університету імені МП Драгоманова. Серія № 15. „Науково-педагогічні проблеми фізичної культури“. 2016;9(79):16:22-25
57. Богуславська ВЮ, Пітин МП, Бріскін ЮА. Принципи теоретичної підготовки в циклічних видах спорту. Фізична активність, здоров'я і спорт. 2018;1(31):10-15.

58. Богуславська ВЮ. Вдосконалення фізичної підготовки веслувальників на байдарках при застосуванні різних режимів тренувань на етапі попередньої базової підготовки [дисертація]. Київ: НУФВСУ; 2009. 211 с.

59. Богуславська ВЮ. Зміст теоретичної підготовки спортсменів у легкій атлетиці. В: Науковий часопис Нац. пед. ун-ту ім. М. П. Драгоманова. Серія 15, Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). 36. наук. пр. Київ; 2016;10(80)16, с. 27–30.

60. Богуславська ВЮ. Зміст теоретичної підготовки спортсменів у плаванні. В: Фізична культура, спорт та здоров'я нації. 36. наук. пр. Вінницьк. держ. пед. ун-ту імені Михайла Коцюбинського. Вінниця; 2016;2, с. 119–23.

61. Богуславська ВЮ. Інноваційні засоби теоретичної підготовки веслувальників на байдарках і каное на етапі початкової підготовки. В: Молодь та олімпійський рух. Збірник тез доп. XII Міжнар. конф. мол. вчених; 2019 Трав. 17; Київ: НУФВСУ; 2019, с. 77-78.

62. Богуславська ВЮ. Інноваційні структура та зміст теоретичної підготовки на етапі початкової підготовки у веслуванні на байдарках і каное. Український журнал медицини, біології та спорту. 2019; 4:3(19):33-38.

63. Богуславська ВЮ. Інформаційні технології нової парадигми освіти у фізичній культурі і спорті. В: Фізична культура, спорт та здоров'я нації. 36. наук. пр. Вінницьк. держ. пед. ун-ту імені Михайла Коцюбинського. Вінниця; 2017;3, с. 19–24.

64. Богуславська ВЮ. Офіційний сайт Богуславської Вікторії Юрїївни [Інтернет] 2019 [оновлено 2019 Лис. 23; цитовано 2019 Груд. 2]. Доступно: <http://bohoslavvska.com/>

65. Богуславська ВЮ. Пріоритетність засобів та методів теоретичної підготовки в циклічних видах спорту (на матеріалі опитування викладачів ВНЗ). В: Фізична культура, спорт та здоров'я нації. 36. наук. пр. Вінницьк. держ. пед. ун-ту імені Михайла Коцюбинського. Вінниця; 2018;5(24), с. 148–54.

66. Богуславська ВЮ. Пріоритетність засобів теоретичної підготовки в циклічних видах спорту (на матеріалі опитування спортсменів). В: Науковий часопис Нац. пед. ун-ту ім. М. П. Драгоманова. Серія 15, Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). 36. наук. пр. Київ; 2017;9(91)17, с. 15–8.

67. Богуславська ВЮ. Ставлення викладачів ВНЗ фізичної культури і спорту до теоретичної підготовки в циклічних видах спорту. В:

Науковий часопис Нац. пед. ун-ту ім. М. П. Драгоманова. Серія 15, Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). 36. наук. пр. Київ;2018;3(97)18. с. 8–11.

68. Богуславська ВЮ. Удосконалення функціональної та фізичної підготовленості веслувальників на етапі попередньої базової підготовки фізичними навантаженнями аеробного та анаеробного спрямування. Фізична активність, здоров'я і спорт. 2012;4(10):50-56.

69. Богуславська ВЮ. Функції теоретичної підготовки в циклічних видах спорту. В: Фізична культура. спорт та здоров'я нації. 36. наук. пр. Вінницьк. держ. пед. ун-ту імені Михайла Коцюбинського. Вінниця;2019;7(26), с. 135–9.

70. Богуславська ВЮ. Підвищення спортивної майстерності з веслування на байдарках і каное. навчальний посібник. Вінниця: ФОП Рогальська Ю; 2014. Частина I. 136 с.

71. Богуславська В., Глухов І., Дробот К., Пігин М. Удосконалення теоретичної підготовленості спортсменів-початківців у циклічних видах спорту. Спортивна наука та здоров'я людини. 2020; 1(3): 4-15.

72. Боднар АО. Проблема підготовки фахівців з олімпійської освіти крізь призму сучасних концептуальних підходів. Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Фізичне виховання, спорт і здоров'я людини. [Інтернет]. 2015 [цитовано 2016 Жов. 12];8:327-335. Доступно на: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vkprui_fv_2015_8_51

73. Бойко ВБ. Исследование эффективности системы подготовки гребцов на байдарках и каноэ с применением тренировочно-эргометрического гребного аппарата [автореферат]. К.: УДУФВС; 1977. 22 с.

74. Бойченко НВ. Шляхи вдосконалення технічної підготовленості спортсменів-єдиноборців. В: Єрмаков СС, редактор. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. Наук. моногр. Харків: ХДАДМ; 2008. с. 19-21.

75. Бондар АА. Удосконалення рухової структури техніки гребка кваліфікованих спортсменок у веслуванні академічному [автореферат]. Київ: Нац. ун-т фіз. виховання і спорту України; 2016. 20 с.

76. Бондар АА. Удосконалення структури локомоції гребка у кваліфікованих спортсменках у веслуванні академічному. В: Молодь та олімпійський рух 30. тез доп. VIII Міжнар. наук. конф., 2015 Вер. 10-11; Київ: Олімп. літ.; 2015, с. 64-65.

77. Бондаренко СВ. Основи техніки та методики навчання легкоатлетичних вправ: навч. посіб. 2-ге вид., перероб. і допов. Кіровоград: Імекс ЛТД; 2007. 224 с.

78. Бондарчук АП. Периодизация спортивной тренировки. К.: Олимпийская литература; 2005. 303с.

79. Бондарь АА. Влияние уровня технической подготовленности спортсменов на спортивный результат в гребле академической. In: Probleme actuale privind perfectionarea sistemului de invatamint in domeniul culturii fizice: material conferintei. 2013; Молдова; 2013, p. 255-258.

80. Боришевський МЙ. Особистість у вимірах самосвідомості. Суми: Еллада; 2012. 608 с.

81. Братковский ВК. Управление процессом совершенствования техники педалирования квалифицированных велосипедистов в период преодолеваемого утомления в занятиях различной направленности [автореферат]. Киев: УДУФВС; 1983. 24 с.

82. Брискин ЮА, Евсеев СП, Передерий АВ. Адаптивный спорт. Москва: Советский спорт; 2010. 316 с.

83. Брискин ЮА, Питын МП, Задорожная ОР. Уровень теоретической подготовленности фехтовальщиков на различных этапах многолетней подготовки. В: Междунар. науч.-практ. конф. по проблемам физ. культуры и спорта государств-членов СНГ. Материалы Междунар. науч.-практ. конф. 2012; Минск: БГУФК; 2012. Ч. 2., с. 24–27.

84. Бріскін Ю, Богуславська В, Пітин М. Методологія теоретичної підготовки спортсменів в циклічних видах спорту. Вісник Прикарпатського університету. 2016;24:9–14.

85. Бріскін Ю, Передерій А, Бріскіна Ю., Линця М., Боляха Е., Мігасевича Ю, редактори. Класифікаційні стратегії Паралімпійського спорту. Львів: Видавець Тарас Сорока; 2004. с. 22-29.

86. Бріскін Ю, Передерій А, Строкатов В. Параолімпійський спорт: навч. посіб. Львів: Арал; 2001. 141 с.

87. Бріскін Ю, Пітин М, Богуславська В. Зміст опитування фахівців з проблеми теоретичної підготовки в циклічних видах спорту. В: Зорій ЯБ, редактор. Фізична культура і спорт: досвід та перспективи. Матеріали Міжнар. наук.-практ. конф.; 6-7 Квіт. 2017; Чернівці: ЧНУ ім. Ю Федьковича; 2017, с. 12-14.

88. Бріскін Ю, Пітин М, Богуславська В. Програмні вимоги до теоретичної підготовки в системі багаторічного удосконалення спортсменів у циклічних видах спорту. Фізична активність, здоров'я і спорт. 2016;4(26):14-21.

89. Бріскін Ю. Спорт інвалідів: підручник. Київ: Олімпійська література; 2006. 253 с.
90. Бріскін ЮА, Пітин МП, Богуславська ВЮ. Зміст теоретичної підготовки у видах веслування. Спортивна наука України [Інтернет]. 2016 [цитовано 2016 Вер. 20];3(73):42-48. Доступно: <http://sportscience.idufk.edu.ua/index.php/snu/issue/archive>
91. Бріскін ЮА, Пітин МП, Богуславська ВЮ. Проблеми теоретичної підготовки в спорті. В: Фізична культура, спорт та здоров'я нації. Зб. наук. пр. Вінницьк. держ. пед. ун-ту імені Михайла Коцюбинського. Вінниця; 2016;1:257–61.
92. Бріскін ЮА, Пітин МП, Задорожна ОР, Хом'як ІІ, Богуславська ВЮ. винахідники; патентовласники. Тренажер для удосконалення та контролю тактичної, технічної та теоретичної підготовленості єдиноборців («ТТГ-2») Патент України №135300. 2019 Чер. 25.
93. Бріскін ЮА. Адаптивний спорт. Спеціальні Олімпіади: навчальний посібник. Львів: Ахіл; 2003. 128 с.
94. Бріскін ЮА. Організаційні основи Паралімпійського спорту: навч. посіб. Львів: Кобзар; 2004. 180 с.
95. Бріскін ЮА. Теоретико-методичні основи спорту інвалідів як складової міжнародного олімпійського руху [дисертація]. Львів: Львівський держ. ун-т фізичної культури; 2007. 459 с.
96. Бродов ВП. Исследование основных параметров двигательного цикла и их влияние на эффективность техники гребли на байдарках [автореферат]. Тарту: Тартуский университет; 1971. 23 с.
97. Брюханова ТС, Лосік ВГ. Спортивно-орієнтоване фізичне виховання як засіб формування спортвної культури студентів. Духовність особистості: методологія, теорія і практика. 2016;2(71):48-52.
98. Бубка СН. Олімпійський спорт: давньогрецька спадщина та сучасний стан [автореферат]. Київ: НУФВСУ; 2014. 35 с.
99. Буйлин ЮФ, Курашин ЮФ, редакторы. Теоретическая подготовка юных спортсменов: пособие для тренеров ДЮСШ. Москва: Физкультура и спорт; 1981. 192 с.
100. Булатова М, Георгіадіс К. Міжнародна олімпійська академія в системі освіти і виховання. Наука в олимпийском спорте. 2016;3:4-13.
101. Булатова М. Система олимпийского образования в Украине. Наука в олимпийском спорте. 2015;2:5-9.
102. Булатова ММ. Система олімпійської освіти в Україні. В: Олімпійський спорт і спорт для всіх. Тези доп. XIV Міжнар. наук. конгр. 2010; Київ: Олімп. літ.; 2010, с. 6.

103. Булатова ММ. Теоретико-методические аспекты реализации функциональных резервов спортсменов высшей квалификации [диссертация]. Киев: УГУФВС; 1997. 462 с.

104. Булатова ММ, Линець ММ, Платонов ВМ. Розвиток фізичних якостей. Теорія і методика фізичного виховання. 2008;1:175-288.

105. Бусел ВТ, редактор, укладач. Великий тлумачний словник сучасної української мови (з дод. і допов.), 5-те вид. Київ-Ірпінь: Перун; 2005.

106. Бутулов ЭЛ. Методика этапного контроля специальной подготовленности лыжников-гонщиков высокой квалификации [автореферат]. Москва: Российский гос. у-нт.; 1990. 24 с.

107. Буянов ВИ, Переверзева ИВ, Буслава ЕС, Почкайло НА. Совершенствование учебного и тренировочного процессов в системе образования. Ульяновск: УлГТУ; 2013, 492 с.

108. Бычков АА. Построение тренировки высококвалифицированных бегунов на длинные и сверхдлинные дистанции с учетом времени и климатической адаптации [автореферат]. Москва: ВНИИФК; 1988. 24 с.

109. Вейнберг РС, Гоулд Д. Психологія спорту. Київ: Олімпійська література; 2014. 335 с.

110. Верлин СВ, Каверин ВФ, Квацук ПВ, Семаева ГН, сост. Очерки по теории и методике гребли на байдарках и каноэ. Воронеж: Центральночерноземное книжное издательство; 2007. 173 с.

111. Верхошанский ЮВ. Основы специальной физической подготовки спортсменов. Москва: Физкультура и спорт; 1988. 331 с.

112. Виноградов В, Томяк Т. Специально направленная тренировка дыхательных мышц как средство повышения реализации функциональных возможностей квалифицированных спортсменов. Наука в олимпийском спорте. 2004;1:51-55.

113. Виноградов ВЕ. Стимуляция работоспособности и восстановительных процессов в тренировочной и соревновательной деятельности квалифицированных спортсменов: монография. Киев: «Славутич-Дельфин»; 2009. 367 с.

114. Виноградов ВЕ. Эффективность применения специальных внетренировочных средств в процессе развития специальной выносливости у спортсменов многоместного экипажа в академической гребле. В: Єрмаков СС, редактор. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. Наук. моногр. Харків: 2007;5:90-98.

115. Вишневецька ВП, Хлевна ЮЛ. Про доцільність використання комп'ютерно-орієнтованих засобів навчання на прикладі інтерактивної гри. В: Сучасні біомеханічні та інформаційні технології у фізичному вихованні і спорті. Матеріали IV Всеукр. електрон. конф. 2016; Київ: Олимп. літ.; 2016, с. 114-6.
116. Вінниченко ВО, Коваль ОМ та ін. Шахи: навч. програма для спеціалістів позашкільної освіти, загальноосвітніх навч. закладів і палаців культури та творчості. Київ: Спортивний комітет України; 2010. 84 с.
117. Власов АП, Івашко МВ. Моделювання інформаційного обміну засобами відео та мультимедійних технологій в тренувальному процесі висококваліфікованих лучників. В: Моделювання та інформаційні технології у фізичному вихованні і спорті. Матеріали XI Міжнар. наук. конф. 2015 Трав. 12-15. Харків: ОВС; 2015, с. 34-38.
118. Власов АП, Лопатєв АО, Трач ВМ, Бретц К. Рухові дії спортсменів та моделювання біологічних систем. В: Моделювання та інформаційні технології у фізичному вихованні і спорті. Матеріали VIII Міжнар. наук. конф. 2012 Лют. 28. Харків: «ОВС», 2012, с. 15–18.
119. Власов ВН. Инновационные технологии: методология, обучение и совершенствование рациональной системы двигательных действий. Теория и практика физической культуры. 2001;4-5:60-63.
120. Вознюк ТВ. Основи теорії та методики спортивного тренування: Початковий посібник. Вінниця: ФОП Корзун ДЮ; 2016. 240 с.
121. Волков ЛВ. Теория и методика детского и юношеского спорта. М.: Олимпийская литература; 2002. 296 с.
122. Волянчук НЮ. Психологічні засади професійного ставлення тренера-викладача [дисертація]. Київ: Ін-т психології ім. Г.С. Костюка АПН України; 2006, 411 с.
123. Воронов ЮС. Педагогическая технология управления многолетней подготовкой юных спортсменов-ориентировщиков [материалы]. Санкт-Петербург: Нац. гос. ун-т физ. культуры, спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта; 2009. 56 с.
124. Воронова ВІ. Психологія спорту: навч. посіб. Київ: Олімпійська література; 2007. 298 с.
125. Воронцов ЮО, Маслячков ЮМ, Чередниченко ОО, Шептицький ВВ, Сімановський АБ, Віхляєва ТМ, Ковальов ЮО, Бучма ОО, укладачі. Веслування на байдарках і каное та веслувальний слалом: навч. прогм. для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та училищ олімпійського резерву. Київ; 2007. 104 с.

126. Воронцова Е. Обдарованість: діагностика та система роботи зі здібними дітьми. Психолог. 2006;25-28:5-25.
127. Ворошин ІН. Предсоревновательная подготовка квалифицированных бегунов на 400 метров с учетом их генетической предрасположенности к развитию специальных физических качеств [автореферат]. Киев: НУФВСУ; 2006. 18 с.
128. Гавердовский ЮК. Опыт трактовки ортодоксальной дидактики в современном контексте обучения спортивным упражнениям. Теория и практика физической культуры. 1991;8:12-20.
129. Гаврилова НВ, Фурман ЮМ. Можливості застосування методики ендогенно-гіпоксичного дихання у навчально-тренувальному процесі велосипедистів 15-16 років. Спортивний вісник Придніпров'я. 2011;3:117-121.
130. Гаврилова НВ. Застосування ендогенно-гіпоксичного дихання в системі вдосконалення фізичної підготовленості велосипедистів 13-16 років [автореферат]. Дніпропетровськ: ПДАФКС; 2012. 21 с.
131. Гаврилова НВ. Підвищення функціональної підготовленості велосипедистів на етапах попередньої та спеціалізованої базової підготовки шляхом застосування нормобаричної гіперкапічної гіпоксії. Молода спортивна наука України. 2012;1(16):28-32.
132. Галан ЯП, Русанова ВО. Педагогічні умови формування знань з олімпійської освіти у дошкільних навчальних закладах України. В: Молодь та олімпійський рух. Зб. тез доп. X Міжнар. наук. конф.; 2017 Трав. 24-25: Київ: Олімп. літ.; 2017, с. 25-26.
133. Гамалій ВВ, Бондар АА. Просторово-часові характеристики техніки змагальних дій спортсменок різної кваліфікації та їх вплив на швидкість човна у веслуванні академічному. В: Приступа Є, редактор. Молода спортивна наука України. Зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту та здоров'я людини. Львів; 2015;19, с. 34-9.
134. Ганчар АІ. Выявление параметров оценки гендерных отличий результатов выступления пловцов по нормативам единой спортивной классификации Украины на 2009-2012 гг. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2010;5:22-28.
135. Ганчар ІЛ, Ганчар АІ, Солоненко ГС. Изучение динамики рейтинга выступления сильнейших пловцов на всемирных универсиадах с 1959 по 2005 гг. In: Sesiunea anuala de comunicari stiintifice cu participare internationale „Educatiei Fizice si Sportului in slujba vietii si a ervomantei umane“; 2007 marte; Brasov. Brasov; Editura Universitatii Transilvania; 2007. p. 260-5.

136. Ганчева ВІ. Аналіз діючого програмно-методичного забезпечення ДЮСШ у системі освіти. Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. 2013;7(33):61-69.
137. Гаркуша СВ. Розробка та застосування електронних навчальних посібників у професійній підготовці майбутніх фахівців з фізичного виховання. В: Вісник Черніг. нац. пед. ун-ту. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. 36. наук. пр. Чернівці; 2011;2(91):17-20.
138. Гарник Д. Моделі змагальної діяльності у веслуванні на байдарках та каное. Молода спортивна наука України. 2009;1:78-84.
139. Гасюк ІЛ. Організаційна структура державного управління фізичною культурою та спортом в Україні. Університетські наукові аспекти. 2010;3(35):195-203
140. Гасюк ІЛ. Організаційно-правові засади державного управління фізичною культурою й спортом: сучасний стан і тенденції розвитку. Університетські наукові аспекти. 2009;2(30):297-804
141. Гацунаев АН. Биомеханический анализ техники гребли чемпионов мира. В: Современный олимпийский спорт и спорт для всех. Материалы VII междунар. науч. конгр.; 2003 май 24-27; Москва.; 2003. с. 239-241.
142. Герасимова Н.А. Интегральная технология обучения в физкультурном образовании школьников [диссертация]. Санкт-Петербург: НГУ им. П. Ф. Лесгафта; 2003; 251с.
143. Гетманец ВС. Специальная силовая подготовка бегунов на длинные дистанции в годичном цикле [автореферат]. Москва: Гос. центр спорт физ. культ.; 1985. 23 с.
144. Глазирін ІД. Плавання: Навчальний посібник. К.: Кодор; 2006. 502 с.
145. Глоба ТА. Здоров'яформувальна технологія спортивно-орієнтованого фізичного виховання студентів закладів вищої освіти. [автореферат]. Київ: Нац. ун-т фіз. виховання і спорту України; 2019. 28 с.
146. Го Пенчен Совершенствование силовой выносливости квалифицированных спортсменов в гребле на каноэ в подготовительном периоде подготовки [диссертация]. Киев: Нац. ун-т физ. воспитания и спорта Украины. 2009. 199 с.
147. Го Пенчен. Совершенствование функциональных возможностей гребцов на каноэ, специализирующихся на соревновательной дистанции 1000 метров. Физическое воспитание студентов [интернет]. 2011 [цитировано 2017 Окт. 22];5:13-16. Доступно: <http://sportlib.info/Press/FVS/2011N5/p13-16.htm>

148. Гогунів ЕН. Інтелектуальні задачі як засіб підготовки стрелков з лука к переодолінню екстремальних ситуацій соревновательного характера. Стрельба з лука в Росії. 1998;1:17–18.

149. Годунов ЕН, Мартьянов БИ. Психологія фізического востіпанія і спорту: учеб. Пособіе. 2-е изд., дораб. Москва: Академія: 2004. 224 с.

150. Голец АВ. Ценностно-смысловые орієнтації кваліфікованих спортсменів в процесі багаторічної підготовки (на примєре спортивних ігр). В: Приступа СС, редактор. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. Наук. моногр. Харків. 2007;11:25–27.

151. Головачев АИ, Кузнецов ВК, Чурикова ЛН. Возрастные особенности физической подготовленности лыжниц-гонщиц. Теория и практика физической культуры. 2000;2:20-3.

152. Головащенко РВ, Безугла ВВ. Контроль показників швидкісної витривалості та функціональної підготовленості кваліфікованих бігунів на середні дистанції під впливом метаболічного препарату кардонат у предзмагальному мезоциклі. В: Приступа Є, редактор. Молода спортивна наука України. Зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту та здоров'я людини. Львів: 2012;1, с. 33–40.

153. Головащенко РВ. Підвищення ефективності тренувального процесу бігунів на середні дистанції за допомогою ерогенних засобів (за результатами застосування препарату кардонат) [дисертація]. Київ: НУФВСУ; 2014. 20 с.

154. Гомельский ВА. Папа. Великий тренер. Москва: Городец; 2008. 493 с.

155. Гончаренко С. Український педагогічний словник. Київ: Либідь: 1997. 375с.

156. Гончарова Н, Прокопенко А. Основные направления повышения уровня теоретических знаний детей в процессе физического воспитания. В: Фізична культура, спорт та здоров'я нації. Зб. наук. пр. Вінницьк. держ. пед ун-ту імені Михайла Коцюбинського. Вінниця: 2016;1:36–41.

157. Гончерюк МА, Фоменко ЛА, Петричук ПА. Сьогодні олімпійської освіти у навчальному процесі з підготовки фахівців фізичної культури та спорту. Молодий вчений. 2017;3.1(43.1):95-99.

158. Гопей ММ. Особливості використання мультимедійних презентацій у процесі фізичного виховання дітей з вадами слуху. В: Сучасні

- Біомеханічні та інформаційні технології у фізичному вихованні і спорті. Матеріали IV Всеукр. електрон. конф. 2016; Київ: Олімп. літ.; 2016, с.66-9.
159. Горбунов ГД. Влияние физических нагрузок на психические процессы (на материалах исследования пловцов) [диссертация]. Львов: ЛГУФК; 1967. 20 с.
160. Горбунов ГД. Психопедагогика спорта: учебное пособие для тренеров. Москва: Советский спорт. 2007; 294 с.
161. Горбунов ГД. Психопедагогика физического воспитания и спорта [автореферат]. Санкт-Петербург.: НГУФКС; 1994. 58 с.
162. Горнаков СТ. Разработка компьютерных игр для приставки Xbox 360 в XNA Game Studio Express. [Интернет]. Москва: ДМК Пресс; 2007. 392 с.
163. Горский АА. Методика развития координационных способностей велосипедистов BMX-RACE на начальном этапе спортивной подготовки [автореферат]. Омск: Сибирский государственный университет физической культуры. 2015. 24 с.
164. Горшова ІВ, Фурман ЮМ. Вдосконалення адаптації підлітків до несприятливої метеоситуації шляхом комплексного застосування фізичних навантажень різного спрямування. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2009;12:48-50.
165. Горшова ІВ. Вплив фізичних навантажень різного спрямування на адаптацію підлітків до несприятливої метеоситуації [дисертація]. Львів: ЛДУФК ім. Івана Боберського; 2010. 263 с.
166. Гостішев ВМ, Сват'єв АВ. Модельні програми в організації тренувальних занять з академічного веслування. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2010;5:34- 39.
167. Гречуха СВ. Удосконалення спеціальної витривалості веслувальників високої кваліфікації із застосуванням додаткового опору диханню на видиху [автореферат]. Харків: Харк. держ. акад. фіз. культури. 2013. 20 с.
168. Грибан ГП. Плавання. Прикладні аспекти: навч.-метод. посіб. Житомир: Рута; 2009. 157 с.
169. Грибан ГП. Психологическая подготовка квалифицированных легкоатлетов на основе совершенствования специализированных волевых проявлений (на примере легкоатлетического бега) [автореферат]. Киев: УТУФВС; 1986. 24 с.
170. Грибан Г. Технологія формування фізкультурно-оздоровчих компетентностей у студентів засобами особистісноорієнтованого підходу

до фізичного виховання. Фізична культура, спорт та здоров'я нації. 2016;2:18-25.

171. Гринченко ІБ. Сучасні проблеми використання інформаційних технологій у професійній підготовці майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту. В: Науковий часопис нац. пед. ун-ту ім. М. П. Драгоманова. Серія 15, Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). Зб. наук. пр. Київ; 2013;4(29), с. 296–302.

172. Гринченко ІБ. Підготовка фахівців фізичної культури і спорту до професійної діяльності в умовах інформатизації суспільства. В: Вісник Чернігів. нац. пед. ун-ту. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. Зб. наук. пр. Чернігів; 2013;112(2), с. 69–73.

173. Гринь ОР, Смоляр П. Розвиток творчих здібностей в підвищенні майстерності спортсменів єдиноборців. В: Науковий часопис нац. пед. ун-ту ім. М. П. Драгоманова. Зб. наук. пр. Київ; 2015;9(64), с. 39–42.

174. Грузевич І. Удосконалення функціональної підготовленості юних плавців на етапі попередньої базової підготовки шляхом застосування методики ендогенно-гіпоксичного дихання. В: Приступа Є, редактор. Молода спортивна наука України. Зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту та здоров'я людини. Львів; 2013;1(17), с. 39–44.

175. Грузевич ІВ, Фурман ЮМ. Удосконалення загальної фізичної підготовленості юних плавців шляхом застосування у навчально-тренувальному процесі методики ендогенно-гіпоксичного дихання. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2014;10:57-62.

176. Грузевич ІВ. Удосконалення фізичної підготовленості плавців на етапі попередньої базової підготовки за допомогою ендогенно-гіпоксичного дихання [автореферат]. Київ: НУФВСУ; 2015. 20 с.

177. Гуніна ЛМ, Олішевський СВ, Чередниченко ОО, Головашенко РВ, Юшківська ОГ. Обґрунтування можливості застосування метаболічного препарату „Кардонат“ у веслувальників високої кваліфікації. Спортивна медицина. 2010;1-2:92-97.

178. Данилко М, Толкач В. Сучасні уявлення про сутність і структуру діяльності тренера. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. 2010;2(10):22-25.

179. Демінський ОЦ. Дидактичні основи оптимізації спортивного тренування: монографія. Київ: Вища школа; 2001. 238 с.

180. Денисова ЛВ, Харченко ЛА. Методичні рекомендації до виконання лабораторних робіт з дисципліни «Сучасні комп'ютерні технології». Табличний процесор MS Excel. Київ; 2013. 36 с.
181. Денисова ЛВ, Хмельницькая ИВ, Харченко ЛА. Измерения и методы математической статистики в физическом воспитании и Спорте. Киев: Олимп. л-ра; 2008. 127 с.
182. Денисова ЛВ. Хмарні технології в освітньому процесі вищих загальношкільних закладів фізичної культури і спорту: стан питання та перспективи застосування. Вісник Чернігівського державного педагогічного університету ім. ТГ Шевченка. Серія: педагогічні науки. 2014;118(2):35-38.
183. Деркач АА, Исаев АА. Творчество тренера. М.: Физкультура и спорт. 1982. 239 с.
184. Дзюба ІМ та ін., редактори. «Інформаційні технології» в Енциклопедія сучасної України: у 30 т. НАН України, НТШ, Координаційне бюро енциклопедії сучасної України НАН України. К.; 2003–2016.
185. Диба ТГ. Ефективність впливу гіпоксії на функціональні можливості організму і працездатності при спортивних навантаженнях анаеробної спрямованості (біг на короткі дистанції) [автореферат]. Київ: НУФВСУ; 2000. 20 с.
186. Дичківська ІМ. Інноваційні педагогічні технології: навч. посіб. Київ: Академвидав; 2004. 352 с.
187. Дишель ОВ. Интеллектуальные способности спортсменов-подростков как фактор успеха в ударных видах единоборств. Наука і освіта. 2015;1:60-4.
188. Дмитриев ОБ, Ахмедзянов ЭР, Калинина ЕА. Совершенствование учебного процесса по курсу "Биомеханика" на основе применения компьютерных мультимедиа информационных технологий. Теор. и практ. физ. культ. 1999;10:10-4.
189. Дмитриев ОБ, Ахмедзянов ЭР. Компьютерная система "Мультимедиа биомеханика" как дидактическая основа учебной дисциплины. Теория и практика физической культуры. 2008;83-86.
190. Добринська НВ. Удосконалення спеціальної підготовленості спортсменок високої кваліфікації в легкоатлетичному багатоборстві [автореферат]. Київ: НУФВСУ; 2015. 20 с.
191. Долбишева Н. Теоретико-методичні положення інтелектуальної підготовки як основа досягнення спортивного результату в інтелектуальних видах спорту. Фізична культура, спорт та здоров'я нації. 2016;2:139-145.
192. Долбишева НГ. Загальні основи неолімпійського спорту як нормативна дисципліна підготовки фахівців зі спорту. Педагогіка,

психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2012;10:20-4.

193. Дорофєєва О, Яримбаш К. Обґрунтування методики вдосконалення швидкісно-силових якостей плавців, які спеціалізуються на дистанціях 100 м та 200 м батерфляєм. Спортивний вісник Придніпров'я. 2017;1:31-6.

194. Дорофєєва ТІ. Оцінка та корекція спеціальної підготовленості юних лижниць-гонщиць на етапах річного циклу [автореферат]. Харків: ХДАФК; 2008. 22 с.

195. Драгнев ЮВ, Редактор. Інформатизація вищої фізкультурної освіти: стан та перспективи: колективна монографія. Луганськ: Вид-во ДЗ „ЛНУ імені Тараса Шевченка “; 2012. 202 с.

196. Драгунов ЛА. Скоростная подготовка пловцов-спринтеров с учетом структуры соревновательной деятельности: [автореферат]. Киев: УГУФВС; 1989. 24 с.

197. Драчук СП, Богуславська ВЮ, Соколькова ОГ. Біомеханіка людини. Тлумачний словник-довідник. 2-е вид. доопр. і доп. Вінниця: ТОВ ТВОРИ; 2019. 400 с.

198. Дубасенюк ОА, редактор. Технологічний підхід до професійно-педагогічної підготовки: пошуки та перспективи. Технології професійно-педагогічної підготовки майбутніх учителів: навч. посіб. Житомир: Житомир. держ. пед.ун-т; 2001, с. 4-12.

199. Дудко М. Образовательный веб портал, инновационный вектор повышения теоретических знаний студентов в процессе физического воспитания. Біомеханічні, інформаційно-комунікаційні технології та конструкторські розробки у фізичному вихованні та спорті [Интернет]. 2015 [цитировано 2017 Апр. 4];2(29):35-39. Доступно: http://visnyk.chnpu.edu.ua/?wpfb_dl=1607.-.

200. Дутчак МВ. Гуманізм: сутність, еволюція та технології. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: збірник наукових праць. 2007;4:52-59.

201. Дышко БА. Комплексное применение технических средств для повышения скорости стартового разгона легкоатлетов-спринтеров [автореферат]. Москва: ГЦОЛИФК; 1986. 22 с.

202. Дяченко А, Ярмошук В. Методика вдосконалення силового компоненту спеціальної витривалості веслувальників із застосуванням спеціалізованого ергометра Dyno-Concept. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2009;1:7-12.

203. Дяченко АА, Костюкевич ВМ. Деякі аспекти застосування інформаційно-комп'ютерних технологій у процесі фізичного виховання і спорту. Актуальные научные исследования в современном мире. 2017;1(21)2:104-7.

204. Дяченко АА. Використання спеціального програмного забезпечення notebook 11 для мультимедійної дошки в навчальному процесі інституту фізичного виховання і спорту. В: Сучасні біомеханічні та інформаційні технології у фізичному вихованні і спорті. Матеріали IV Всеукр. електрон. конф. 2016 Трав. 19; Київ: Олімп. літ.; 2016, с.116-9.

205. Дяченко АЮ, Русанова ОМ. Характеристика структури та активності спрямованого розвитку функціональної стійкості кваліфікованих спортсменів у веслуванні академічному. Спортивний вісник Придніпров'я. 2014;1:145–50.

206. Дяченко АЮ. Система вдосконалення спеціальної витривалості кваліфікованих спортсменів в академічному веслуванні [автореферат]. Київ: УГУФВіСУ; 2005. 39 с.

207. Дяченко В. Динамика показателей функциональной подготовленности портсменов специализирующихся в гребле на байдарках в годичном макроцикле подготовки. Наука в олимпийском спорте. 2003;1:99–105.

208. Дьяченко АЮ, Мищенко ВС, Виноградов ВЕ. Реализация аэробного потенциала в процессе развития специальной выносливости квалифицированных спортсменов в циклических видах спорта. Физическое воспитание студентов. 2010;5:17-9.

209. Дьяченко АЮ, Го П., Ван В. Специфические особенности диагностики мощности аэробного энергообеспечения гребцов на байдарках высокой квалификации Проблемы та перспективи розвитку фізичного виховання, спорту і здоров'я людини : матеріали V Всеукр. наук.-практ. конф. 2020;1:108-114.

210. Дьяченко АЮ. Специальная подготовка квалифицированных гребцов на байдарках и каноэ, направленная на увеличение скорости развертывания реакции аэробного энергообеспечения работы [автореферат]. Киев: УГУФВС; 1991. 25 с.

211. Дьяченко АЮ. Специальная выносливость квалифицированных спортсменов в академической гребле. Киев: НПФ Славутич-Дельфин; 2004. 338 с.

212. Еделев ОС. Формування структури функціональної підготовленості юних бігунів на середні дистанції в річному циклі

тренування [автореферат]. Київ: Держ. НДІ фіз. культури і спорту; 2004. 19 с.

213. Ереги́на СВ, Заки́ров РМ, Набо́рщикова ЮВ. Перспективы развития и внедрения педагогических технологий в практику спортивной подготовки. Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2012;1(22):1–9.

214. Ермаков СС. Основы создания информационной системы обеспечения научных исследований в контексте единого образовательного пространства. Наука в олимпийском спорте. 2005;2:177-8.

215. Євсєєв Л, Павлов В. Тенденції вдосконалення технології навчання з спортивно-педагогічних дисциплін. В: Фізична культура, спорт та здоров'я нації. IV Міжн. наук.-пр. конф. 36. наук. пр. 2001 Трав. 18; Вінниця; 2001, с. 212-4.

216. Єлісеєва Д. Рівень теоретичних знань із фізичної культури дітей старшого шкільного віку. В: Приступа Є, редактор. Молода спортивна наука України. 36. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту та здоров'я людини. Львів; 2015;2(19)/, с. 86–90.

217. Єрмаков СС. Наукові інформаційні аспекти фізкультурної освіти. В: Актуальні проблеми фізкультурної освіти. Матеріали II електрон. наук. конф. 2006; Харків: ХДАФК, 2006, с. 3–6.

218. Єрмолова ВМ. Олімпійська освіта у школі: метод. посіб. Київ; 2009. 85 с.

219. Єрмолова ВМ. Олімпійська освіта: теорія і практика: навч. посіб. Київ; 2011. 355 с.

220. Жестяников ЛВ. Дифференцированный поход в тренировочном процессе подростков-бегунов на средние дистанции с учетом их биологического возраста [автореферат]. Львов: ГДОИФК им. П. Ф. Лесгафта; 1987. 23 с.

221. Жили́єв ІВ, Ковту́нець ВВ, Сьомкі́н МВ. Вища освіта України: стан та проблеми. Київ: Науково-дослідний інститут інформатики і права Національної академії правових наук України, Інститут вищої освіти Національної академії педагогічних наук України; 2015. 96 с.

222. Жи́рнов АВ, Бонда́рь АА. Сравнительный анализ структуры спортивной тренировки в академической гребле и гребле на байдарках и каноэ. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2011;7:25-8.

223. Жи́рнов АВ. Совершенствование техники гребли квалифицированных байдарочников на основе моделирования

- схематической структуры движений [диссертация]. Киев: Национальный институт физического воспитания и спорта Украины; 2008. 180 с.
224. Жирнов АВ. Сравнительный анализ техники гребли ведущих гребцов мира на лодках разной конструкции. В: Вісник Чернігів. держ. пед. ун-ту ім. Т. Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки, Фізичне виховання і спорт. Зб. наук. пр. Чернігів; 2008;54, с. 422–5.
225. Жмарёв НВ. Тренировка гребцов. Москва: Физкультура и спорт; 1991. 124 с.
226. Забіяко ЮО. Професійна підготовка фахівців фізичної культури та спорту. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві.
227. Задорожна ОР, Бріскін ЮА, Пітин МП, Богуславська ВЮ, Гаврилова НВ, розробники; патентовласники. Модель ігрового засобу техніко-тактичної підготовки у спорті. Патент України № 94004. 2019. Діст. 15.
228. Задорожна ОР, Бріскін ЮА, Пітин МП, Нерода НВ, Богуславська ВЮ, Онішук ВЄ, Гаврилова НВ. розробники; патентовласники. Модель інтерактивної навчальної гри „Спортивні терміни”. Патент України № 95218. 2020 Січ. 10.
229. Задорожна ОР, Бріскін ЮА, Пітин МП, Смирновський СБ, Богуславська ВЮ, Драчук СП, Дідик ТМ. розробники; патентовласники. Модель настільної навчальної гри «Спортивна дуель». Патент України № 95219. 2020 Січ. 10.
230. Задорожна ОР. Удосконалення теоретичної підготовки спортсменів на етапі попередньої базової підготовки у фехтуванні [автореферат]. Львів: ЛДУФК; 2015. 19с.
231. Зайцева ВВ, Сонькин ВД. Компьютерные консультации по спортивной физкультуре. Теория и практика физической культуры. 1990;7:46-50.
232. Захарченко ВІ, Пятисоцька СС. Використання інформаційних технологій для обліку техніко-тактичних дій в хокеї з шайбою. В: Основи побудови тренувального процесу в циклічних видах спорту. Зб. наук. праць Всеукр. наук.-практ. інтернет-конф. [Інтернет]; 2016 бер. 24-25; Харків: ХДУФК; 2016. [цитовано 2017 Лип. 29]; с. 160-162 Доступно: http://journals.urau.ua/cvs_konf/article/view/66440/0
233. Збарский ВА. Подготовка бегунов на короткие дистанции на основе использования системы „облегчающего лидирования “ с обратной связью [автореферат]. Москва: ГЦОЛИФК; 1992. 24 с.

234. Звездин ВВ. Исследование различных режимов беговой загрузки при воспитании специальной выносливости. (На примере легкоатлет. бега на 1500 м) [автореферат]. Москва: ВНИИФК; 1971. 29 с.

235. Зверев А. 10 і 90 — новая статистика интеллекта. Москва: Знание — сила. 1997, с. 92-7.

236. Земляков ВЕ. Особенности подготовки к соревнованиям гребцов на байдарках и каноэ. Херсон: Надднепрянская правда; 1995. 159 с.

237. Зубрилов РО. Корекція техніки лижних ходів спортсменів високої кваліфікації на основі використання індивідуальних біомеханічних моделей [автореферат]. Київ: УДУФВС; 1994. 24 с.

238. Зязюн ІА. Філософія педагогічної якості в системі неперервної освіти. В: Вісник Житомир. держ. ун-ту ім. І Франка. Зб. наук. пр. Житомир; 2005;25, с. 13–8.

239. Иванова ГК. Формирование творческих способностей школьников на уроках физической культуры [диссертация]. Майкоп: Ин-т. физ. культ. и дзюдо Адыгейского Гос. Ун-та; 1998. 146 с.

240. Ильин ЕП. Психология спорта. Санкт-Петербург: Питер; 2008. 352 с.

241. Иссурин ВБ. Биомеханика в гребле на байдарках и каноэ. Москва: Физкультура и спорт; 1986. 112 с.

242. Ібрагімова СЮ. Використання інноваційних технологій як засобу підвищення якості засвоєння знань на заняттях з фітнесу. Молодий вчений. 2015;4(19):120-3.

243. Іванова ТП. Дослідження спеціальної фізичної підготовленості кваліфікованих бігунів на середні дистанції. В: Молода спортивна наука України. Зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. Львів; 2010;1:87–93.

244. Інтелектуальна підготовка в обраному виді спорту: поняття, значення, види, зміст, зв'язок з іншими видами підготовки. [Інтернет]. 2013 [оновлено 2017 Бер. 18; цитовано 2017 Лип. 28]. Доступно: <http://um.co.ua/8/8-2/8-223824.html>

245. Каверин ВФ. Гребля на байдарках и каноэ. Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. Москва: Советский спорт; 2004. 120 с.

246. Калашник МВ. Взаємо зв'язок спеціальної фізичної та технічної підготовленості та спортивного результату у бігунів на довгі дистанції. В: Основи побудови тренувального процесу в циклічних видах спорту. II Всеукр. наук.-практ. інтернет-конф. [Інтернет]; 2016 Бер. 24-25; Харків:

ОБС; 2016. [цитовано 2017 Лип. 12]; с. 162-6. Доступно: http://journals.uran.ua/cvs_konf/issue/view/3966

247. Калинин ЕМ. Планирование аэробной подготовки бегунов на средние дистанции на основе силовых, скоростно-силовых и интенсивных беговых средств [диссертация]. Москва: РГУФКСМТ; 2010. 153 с.

248. Калинина ОИ. Построение и содержание тренировочного процесса квалифицированных бегунов на средние дистанции в условиях высокогорья [автореферат]. Москва: ГЦОЛИФК; 1991. 24 с.

249. Камаев ОИ, Сидорова ТВ. Теоретико-методическое обоснование инновационных технологий обучения физкультурно-спортивным двигательным действиям. В: Основы побудови тренувального процесу в циклічних видах спорту. 36. наук. пр. IV Всеукр. наук.-практ. інтернет-конф. [Інтернет]; 2017 Бер. 20-21; Харків: ОБС; 2017. [цитовано 2017 Лип. 29]; с. 27-9. Доступно: http://journals.uran.ua/cvs_konf/article/view/66440/0

250. Камперо Е. Методика швидкісно-силової підготовки кваліфікованих бігунів на короткі дистанції: теоретичні аспекти. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2016;4:3-6.

251. Каратаєва ДО. Удосконалення технічної майстерності бігунів на 400 метрів з використанням засобів термінової інформації [автореферат]. Львів: Львівський держ. ін-т фізичної культури. 2003. 20 с.

252. Караулова СІ. Оптимізація фізичного стану бігунів на середні дистанції як фактор підвищення ефективності тренувального процесу в системі багаторічного спортивного вдосконалення [автореферат]. Дніпропетровськ: Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту; 2009. 20 с.

253. Карпович МГ. Сучасна проблема дидактичних можливостей використання інформаційних технологій у вищій школі. В: Сучасні тенденції розвитку науки (частина І). Матеріали Міжнар. наук.-практ. конф.; 2017 Бер. 15-16; Київ: МЦНД; 2017, с. 56-8.

254. Карпушко НА, Приходько ВВ, Лубышева ЛІ. Возвращаясь к наследию: физкультурное образование, физкультурная деятельность, школьная физическая культура в аспекте методологического анализа. Теория и практика физической культуры. 1993;2-7.

255. Карпюк РП. Професійна підготовка майбутніх фахівців з адаптивного фізичного виховання: теорія та методика: монографія. Луцьк: Волинська обласна друкарня; 2008. 504 с.

256. Карпюк РП. Теоретичні і методичні засади професійної підготовки майбутніх фахівців з адаптивного фізичного виховання у вищих навчальних закладах [дисертація]. Київ: НУФВСУ; 2010. 541с.

257. Качан ОА. Использование 3D технологий в процессе физического воспитания. Фізичне виховання в рідній школі. 2016;1:19-22.

258. Качан ОА. Контроль за фізичним навантаженням новітніми інноваційними засобами на уроках фізичної культури. Фізичне виховання в рідній школі. 2014;4:20-2.

259. Кашуба В, Футорний С, Дудко М. Використання веб-ресурсів у процесі фізичного виховання студентської молоді. Спортивний вісник Придніпров'я. 2015;2:69-75.

260. Кашуба ВА, Валиков ДП, Сергиенко КН. Компьютерные технологии в системе высшего физкультурного образования. В: Ермаков СС, редактор. Физическое воспитание студентов творческих специальностей. Сб. науч. тр. Харьков; 2002;6, с. 22-7.

261. Кашуба ВА, Должикова ОА. К вопросу использования интерактивных технологий в системе профессиональной подготовки специалистов по физическому воспитанию и спорту. Физическое воспитание студентов. 2009;3:46-50.

262. Кашуба ВА, Сергиенко КН, Бышевец НГ, Валиков ДП. Проектирование тестирующей программы „ANTS“ для автоматизированного контроля знаний. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2005;8:259-62.

263. Кашуба ВО, Хмельницька ІМ. Современные оптико-электронные методы измерения и анализа двигательных действий спортсменов. Наука в олимпийском спорте. 2005;2:137-46.

264. Кашуба ОМ. Информационное обеспечение непрерывного образования как составляющая рынка образовательных услуг. Держава та регіони. Економіка та підприємництво. 2011;1:192-7.

265. Квашук ПВ, Каверин ВФ, Верлин СВ, Маслова ИН. Классификация средств и методов развития специальной выносливости гребцов на байдарках и каноэ. Ученые записки университета П. Ф. Лесгафта. 2013;10(104):86-90.

266. Келлер ВС, Платонов ВМ. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів: навч. посіб. Львів: Українська Спортивна Асоціація; 1992. 269 с.

267. Кізійов СВ. Навчально-методичне забезпечення учбових занять у вищих фізкультурно-спортивного профілю з використанням інформаційних технологій. В: Основи побудови тренувального процесу в циклічних видах

спорту. Матеріали III Всеукр. наук.-практ. інтернет-конф. [Інтернет]; 2016 Бер. 24-25; Харків: ОВС; 2016 [цитовано 2017 Лип. 29]; с. 166-9. Доступно: http://journals.uran.ua/cvs_konf/article/view/66440/0

268. Кіпріч С, Кіпріч С, Донець О, Рибачок Р. Оцінювання спеціальної працездатності кваліфікованих боксерів з урахуванням зовнішніх і внутрішніх сторін навантаження. Фізична активність, здоров'я і спорт. 2013;2(12):43-50.

269. Клопов РВ. Інформатизація вищої фізкультурної освіти. Теорія та методика фізичного виховання. 2007;4:3-7.

270. Клопов РВ. Професійна підготовка майбутніх фахівців фізичного виховання і спорту із застосуванням інформаційних технологій: теорія практика: монографія. Запоріжжя: Вид-во ДЗ „Запорізький національний університет“; 2010. 385 с.

271. Коваленко ВА. Решение задач общей психологической подготовки спортсменов на основе повышения их сенсорно-перцептивной активности (на примере велосипедного спорта) [автореферат]. Киев: УГУФВС; 1977. 23 с.

272. Коваленко СО, Гречуха СВ, Яковлев МЕ, винахідники, патентовласники. Комп'ютерна програма „Програма аналізу характеристик пневмограм LVV - meter“. Патент України. 2012 Квіт. 20.

273. Коваленко СО, Яковлев МЕ. Комп'ютерна програма для реєстрації та аналізу ритму серця і дихання („CASPICO“). Патент України. 2005 Лют. 15.

274. Ковалів ЮІ, укладач. Специфікація. Літературознавча енциклопедія: у 2 т. Київ: Академія; 2007. Том 2: М — Я; с. 424-5.

275. Ковалів ЮІ, укладач. Уніфікація. Літературознавча енциклопедія: у 2 т. Київ: Академія; 2007. Том 2: М — Я. с. 515.

276. Когут АМ. Индивидуализация процесса совершенствования скоростно-силовых качеств и скоростной выносливости легкоатлетов спринтеров [автореферат]. Минск: АФВ и СРБ; 1992. 22 с.

277. Когут І. Роль держави у розвитку фізичної культури та спорту осіб з особливими потребами. Оздоровча і спортивна робота з неповносправними. 2003;1:50–54.

278. Кожедуб Т. Інноваційні технології теоретичної підготовки з фізичного виховання учнів при переході з молодшої в середню школу. Спортивний вісник придніпров'я. 2014;2:52-6.

279. Кожокин ВФ. Экспериментальное исследование тактической подготовки лыжников-гонщиков в основном периоде тренировки [автореферат]. Львів: ГДОИФК им. П.Ф. Лесгафта; 1967. 30 с.

280. Козак ЛВ. Педагогічна інноватика у розвитку нових напрямів освіти. Освітологічний дискус [Інтернет]. 2014. [оновлено 2016 Лип. 25; цитовано 2016 Вер. 11]. Доступно: od.kubg.edu.ua/index.php/journal/article/download/124/126.

281. Козина Ж, Коломиец Н, Антонов О. Применение информационных технологий при изложении здоровьесберегающих дисциплин (на примере курса „Организация краеведческо-туристической деятельности“ на факультетах физического воспитания педагогических вузов). В: Ермаков СС, редактор. Физическое воспитание студентов творческих специальностей. Сб. науч. тр. Харьков; 2008;5, с. 36–41.

282. Козіна ЖЛ. Застосування інтерактивних технологій як універсальної методики індивідуалізації тренувального процесу в спортивних іграх. В: Худолій ОМ, редактор. Актуальні проблеми фізичного виховання і спорту. Матеріали IV Міжнар. електрон. наук. конф. 2008; Харків: ХДАФК; 2008, с. 40–2.

283. Козіна ЖЛ. Застосування інтерактивних технологій як універсальної методики індивідуалізації тренувального процесу в спортивних іграх. Теорія та методика фізичного виховання. 2009;1:45–51.

284. Козіна ЖЛ. Теоретико-методичні основи індивідуалізації навчально-тренувального процесу спортсменів в ігрових видах спорту [автореферат]. Київ: НУФВСУ; 2010. 45 с.

285. Козлова ЕК. Подготовка спортсменов высокой квалификации в условиях профессионализации легкой атлетики: монография. Киев: Олимп. лит.; 2012. 368 с.

286. Козлова ОК. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів високої кваліфікації в умовах професіоналізації (на прикладі легкої атлетики) [дисертація]. Київ: НУФВСУ; 2013. 40 с.

287. Колісник Ю. Вдосконалення техніки виконання повороту „сальто“ висококваліфікованими плавцями в річному циклі підготовки [автореферат]. Дніпропетровськ: ПДАФКС; 2012. 22 с.

288. Колот А, Камперо Э. Структура и содержание технической и скоростно-силовой подготовки квалифицированных бегунов на короткие дистанции в годичном тренировочном цикле. Науковий часопис Національного педагогічного університету ім. М. П. Драгоманова. 2017;9(91):17:50-6.

289. Компьютерные игры как искусство. Этапы создания компьютерной игры. [Інтернет]. 2015. [оновлено 2016 Мар. 09; цитировано 2016 Мар. 27]. Доступно:

http://gamesisart.ru/game_dev_create.html

290. Кондаков СА. Применение средств силовой и скоростно-силовой подготовки лыжников-гонщиков в микроциклах соревновательного периода [автореферат]. Омск: Омский государственный ин-т физ. Культуры; 1988. 20 с.
291. Копорулина ВН, Смирнова МН, Гордеева НО, Балабанова ЛМ. Психологический словарь. Ростов-на-Дону: Феникс; 2003. 639 с.
292. Корабельников ВН. Критерии оценки технической подготовленности лыжников-гонщиков высокой квалификации при передвижении на лыжероллерах [автореферат]. Москва: РГУФКСМТ; 1999. 23 с.
293. Корягина ЮВ. Исследование хронобиологических особенностей восприятия времени и пространства у спортсменов. Теория и практика физической культуры. 2003;11:14.–5.
294. Костюкевич ВМ, Воронова ВІ, Шинкарук ОА, Борисова ОВ. Основи науково-дослідної роботи магістрантів та аспірантів у вищих навчальних закладах (спеціальність: 017 Фізична культура і спорт): навчальний посібник. Вінниця: Нілан – ЛТД; 2016. 554 с.
295. Костюкевич ВМ, редактор. Теоретико-методичні основи управління процесом підготовки спортсменів різної кваліфікації: колективна монографія. Вінниця: ТОВ Планер 2018. 418 с.
296. Костюкевич ВМ. Теоретичні та методичні основи моделювання тренувального процесу спортсменів ігрових видів спорту [автореферат]. Київ: НУФВіСУ; 2012. 44 с.
297. Костюкевич ВМ. Теорія і методика тренування спортсменів високої кваліфікації: навчальний посібник. Київ: Освіта України; 2009. 279 с.
298. Костюкевич ВМ. Управление тренировочным процессом футболистов в годичном цикле подготовки. 2-е изд., доп. и дораб. Киев: КНТ; 2016. 683 с.
299. Котляр СМ, Лифарь ВВ. Удосконалення тренувального процесу юних біатлоністів 14-15 років з урахуванням індивідуально-типологічних особливостей В: Основи побудови тренувального процесу в циклічних видах спорту. Матеріали ІІІ Всеукр. наук.-практ. інтернет-конф. [Інтернет]; 2017 Бер. 24-25; Харків: ОВС [цитовано 2017 Лип. 28]; 2017. с. 33-8. Доступно: http://journals.urau.net/cvs_konf/article/view/66440/0
300. Котляр СМ. Удосконалення технічної майстерності лижників гонщиків на прикладі ковзанярського стилю пересування. В: Основи побудови тренувального процесу в циклічних видах спорту. 36. наук. пр. І Всеук. наук.-практ. інтернет-конф. [Інтернет]; 2015; Харків: ОВС [цитовано

2017 Лип. 29]; 2015. с. 32-36. Доступно: http://journals.urau.ua/cvs_konf/article/view/66440/0

301. Кравченко О. Олімпійська освіта в системі фізичного виховання студентської молоді. Спортивний вісник придніпров'я. 2011; 2:213–6.

302. Красильникова ВА. Информационные и коммуникационные технологии в образовании: уч. пос. Оренбург; 2006. 235 с.

303. Красников АА, Чесноков НН. Тестирование теоретико-методических знаний в области физической культуры и спорта. Москва: Физическая культура; 2009. 176 с.

304. Кропота Р, Єракова Л. Порогові навантаження в функціональній підготовці кваліфікованих веслярів. Спортивний вісник Придніпров'я: 2013;1:135-8.

305. Кропота РВ, Очеретько БЕ. Пороговые зоны энергообеспечения в системе тренировки специальной выносливости гребцов: методологические аспекты контроля и развития. Наука в олимпийском спорте. 2010;1:100-8.

306. Кропота РВ. Моделирование функциональной подготовленности гребцов на этапе максимальной реализации индивидуальных возможностей [диссертация]. К.: НУФВСУ; 2004. 187 с.

307. Круський ВП. Взаємозв'язок спеціальної витривалості з техніко-тактичними діями у багаторічній підготовці лижників-гонщиків [автореферат]. Киев: НУФВСУ; 1998. 16 с.

308. Круцевич Т, Зайцева М. Інноваційні процеси у сфері підготовки та перепідготовки кадрів з фізичної культури. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2005;4:41-4.

309. Круцевич Т, Іщенко О, Семененко В. Підходи до оцінки теоретичних знань з фізичної культури дітей середнього шкільного віку. Спортивний вісник Придніпров'я. 2014;1:68–73.

310. Круцевич ТЮ, Єрмолова ВМ, Іванова ЛІ та ін. Фізична культура: програма для загальноосвітніх навчальних закладів: 1-4-ті класи. Здоров'я та фізична культура. Шкільний світ. 2012;24:2-24.

311. Круцевич ТЮ, Томенко ОА. Неспеціальна фізкультурна освіта учнівської молоді: концептуальні підходи до розгляду. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2009;3:48–51.

312. Куколева Ю, Компанієць ОЛ, Мариненко ДС, Сечин ЛВ. Шашки – 64 і шашки - 100. Навчальна програма для дитячо – юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо – юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності. Київ: Олімп. літ.; 2009. 48 с.

313. Куколева Ю. Міністерство молоді та спорту України. Навч. прог.з шашок для дитячо-юнацьких спортивних шкіл [Інтернет]. Київ; 2009

оновлено 2016 Лип. 11; цитовано 2016 Жов. 12]; Доступно:
<http://dsmsu.gov.ua/index/ua/material/19228>

314. Купцова ИН. Психологическая диагностика подготовленности спортсменов к выполнению специфической скоростной деятельности (на материале спринтер. велогонки) [автореферат]. Москва: ВНИИФК; 1974. 26 с.

315. Курашвили ВА, Психологическая подготовка спортсменов. Инновационные технологии: методическое пособие. Москва: Центр инновационных спортивных технологий Москомспорта; 2008. 114 с.

316. Курдюков БФ. Теория и методология модернизации процесса профессиональной подготовки специалистов физической культуры в системе высшего образования [диссертация]. Краснодар: Кубанский государственный университет физической культуры, спорта и туризма; 2004. 303 с.

317. Кустовська ОВ. Методологія системного підходу та наукових досліджень: курс лекцій. Тернопіль: Економічна думка; 2005. 124 с.

318. Кутек Т. Особливості навчального процесу майбутніх фахівців галузі „Фізична культура і спорт“. В: Молода спортивна наука України. Зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. Львів; 2009;4(13), с. 90–4.

319. Т Кутек, Р Ахметов, Ю Набоков Інтенсифікація спортивної підготовки кваліфікованих спортсменів на етапі максимальної реалізації індивідуальних можливостей Фізична культура, спорт та здоров'я нації: зб. наук. праць. 2019;7: 195-199.

320. Куц ОС, Липчак ІА. Нові технології та моделювання підготовки вчителів фізичної культури. Молода спортивна наука України. 2002;2(6):539-41.

321. Лаврикова ОВ. Вікова динаміка особливостей функціонування серцево-судинної системи людини при циклічних фізичних навантаженнях [дисертація]. Херсон: Херсонський держ. ун-т; 2004. 166 с.

322. Лавшук ДА. Оптимизация техники гимнастических упражнений на основе данных имитационного моделирования двигательных действий [диссертация]. Могилёв: Могилев. гос. ун-т им. А.А. Кулешова; 2007. 225 с.

323. Ладика ПІ. Координаційні здібності як передумова технічної підготовки веслувальників-початківців [дисертація]. Тернопіль: Тернопільський нац. пед. ун-т ім. Володимира Гнатюка; 2007. 200 с.

324. Ладика ПІ. Координаційні здібності як передумова технічної підготовки веслувальників-початківців [автореферат]. Львів: ЛДУФК; 2007. 20 с.

325. Ладиняк АБ, Ладиняк БІ. Контроль стану здоров'я школярів засобами комп'ютерних технологій. Вісник Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. 2008;2:199-201.

326. Лалаян АА. Психологическая подготовка спортсмена. Ереван: Айастан; 1985. 168 с.

327. Ласаро де ла Пас Аренсибиа. Формирование профессионально-педагогических учений контроля за техникой выполнения спортивных упражнений (на примере специализации легкая атлетика) [автореферат]. Москва: ГЦОЛИФК; 1982. 21 с.

328. Левченко АВ. Специальная силовая подготовка бегунов на короткие дистанции в годичном цикле [автореферат]. Москва: ГЦОЛИФК; 1982. 23 с.

329. Легка атлетика України. Федерація легкої атлетики. [Інтернет]; 2016 [оновлено 2016 Бер. 30; цитовано 2016 Вер. 24]. Доступно: <http://uaf.org.ua/>

330. Лесгафт ПФ. Главные труды: с комментариями профессоров В. А. Таймазова, Ю. Ф. Курамшина и А. Т. Марьяновича. Санкт-петербург: Печатный двор; 2006. 719 с.

331. Линець ММ. Диференціація фізичної підготовки спортсменів: монографія. Львів: ЛДУФК; 2017. 304 с.

332. Линець ММ, Платонов ВМ. Навантаження і відпочинок як взаємопов'язані компоненти виконання фізичних вправ. Теорія і методика фізичного виховання. 2008;1:87-101.

333. Лисенчук ГА. Теоретико-методичні основи керування підготовкою футболістів [автореферат]. Київ: НУФВіСУ; 2004 34 с.

334. Лішук ВВ, Матвійчик ВО. Поєднання та послідовність застосування оптимальних засобів швидко-силової спрякованості у тренуванні бігунів на середні дистанції. В: Вісник Кам'янець-Подільського НУ фізичного виховання, спорту і здоров'я людини. Матеріали 2-ї наук.-практ. конф.; 2008 Бер. 18-19; Кам'янець-Подільський; 2008, с. 56-64.

335. Лопатєв АО, Власов АП, Трач ВМ. Інформаційні та енергетичні аспекти аналізу складнокоординаційних рухів стрільців. Теорія та методика фізичного виховання. 2013;4:19-24.

336. Луценко СЯ. Техническая подготовка начинающих бегунов на средние и длинные дистанции на основе развития координационных

- способностей [автореферат]. Ленинград: ГДОИФК им. П. Ф. Лесгафта; 2005. 24 с.
337. Лысенко Е, Шинкарук О, Самуйленко В. Особенности функциональных возможностей гребцов на байдарках и каноэ высокой квалификации. Наука в олимпийском спорте. 2004;2:65-71
338. Лысенко ЕН, Шинкарук ОА. Ключевые направления оценки реализации функциональных возможностей спортсменов в процессе спортивной подготовки. В: Инновационные технологии в подготовке спортсменов. Материалы 2-ой научно-практ. Конф.; 2014; Москва. 2014, с. 119-25.
339. Любарская ЭВ. Оптимизация методики подготовки юных бегунов на средние дистанции на основе совершенствования скоростно-силовых способностей [диссертация]. Улан-Удэ: ФГБОУ ВО; 2010. 174 с.
340. Лядська ОЮ. Застосування комп'ютерної програми „Fitball training“ для удосконалення організації фізкультурно-оздоровчих занять з жінками першого зрілого віку із застосуванням фітболу. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2010;12:76–80.
341. Лях ВИ. Координационные способности: диагностика и развитие. Москва: ТВТ Дивизон; 2006. 290 с.
342. Магин ВА. Модернизация системы профессиональной подготовки специалистов по физической культуре и спорту на основе инновационных технологий [диссертация]. Москва: РГУФКСМТ; 2006. 390 с.
343. Маковецька НВ. Портфоліо як технологія оцінювання готовності майбутніх фахівців галузі туризму до професійної діяльності. Педагогіка формування творчої особистості у вишій і загальноосвітній школах. 2015;43(96):211-8.
344. Максименко ІГ. Теоретико-методичні основи багаторічної підготовки юних спортсменів у спортивних іграх [дисертація]. Київ: НУФВСУ; 2010. 443 с.
345. Максименко ІГ. Інтерактивні технології в системі підготовки юних спортсменів. В: Вісник Чернігівського держ. пед. ун-ту ім. Т. Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. 36. наук. пр. Чернігів; 2011;2(91), с. 76–8.
346. Максименко ІГ. Перспективні напрямки оптимізації процесу багаторічної підготовки юних спортсменів (на прикладі спортивних ігор). Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2012;3:79-81.

347. Максименко ІГ. Теоретико-методичні основи багаторічної підготовки юних спортсменів у спортивних іграх: монографія. Луганськ: ЛНУ імені Тараса Шевченка; 2009. 352 с.

348. Максимова ВМ. Тактическая подготовка велосипедиста-спринтера с учетом психологических особенностей в выборе решений [автореферат]. Москва: ГЦОЛИФК; 1972. 21 с.

349. Маленюк ТВ Вдосконалення технічної підготовки спринтерів на початковому етапі спортивного тренування. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2010;5:90-2.

350. Маликов НВ, Богдановская НВ, Кузнецов АА. Использование новых компьютерных технологий при оценке функциональной подготовленности и функционального состояния организма. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2005;8:237-40.

351. Маликов НВ, Богдановская НВ, Свасьев АВ. Компьютерная программа комплексной оценки функционального состояния и функциональной подготовленности. Запорожье; 2003. 75 с.

352. Малкин ВР. Управление психологической подготовкой в спорте. Москва: Физкультура и спорт; 2008. 200 с.

353. Мамчук ЛП, Ямницький ВМ. Творчість та творчі здібності особистості у сучасній психології. Психологія: реальність і перспективи. 2014;3:96-100.

354. Манжосов ВН, Огольцов ИГ, Смирнов ГА. Лыжный спорт: Учеб. Пособие для вузов. Москва: Высш. школа; 1979. 151с.

355. Мартиненко ВВ. Проблеми неперервної професійної підготовки фахівців фізичного виховання і спорту. В: Єрмаков СС, редактор. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. Наук. моногр. Харків: 2006;3, с. 55-8.

356. Марченко ОМ, Томаневич ЛМ. Теорія організації: навч. посіб. Львів. держ. ун-т внутр. справ. Львів: ЛДУВС; 2015. 359 с.

357. Марчук ВГ, Козіброцький СП. Витривалість спортсмена і методика її удосконалення. Луцьк; 2000. 135 с.

358. Маслова ОВ. Інформаційні технології у фізичному вихованні дітей та молоді з вадами слуху. В: Сучасні біомеханічні та інформаційні технології у фізичному вихованні і спорті. Матеріали IV Всеукр. електрон. Конф.; 2016 Трав. 19; Київ: Олімп. літ.; 2016, с.88-90.

359. Матвеев АП, Мельников СБ. Методика физического воспитания с основами теории: учеб. пос. Москва: Просвещение; 1991. 191 с.

360. Матвеев ЛП. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учебник для вузов физической культуры. 5-е изд., испр. и доп. Москва: Советский спорт; 2010. 340 с.

361. Матвеев ЛП. Основы спортивной тренировки: учеб. пособ. для студентов физ. культуры. Москва: Физкультура и спорт; 1977. 271 с.

362. Матвеев С, Когут И, Шульга Л. Адаптивный спорт и олимпийское движение. Наука в Олимпийском спорте. 2006;1:9–14.

363. Мединський СВ. Інноваційний зміст підготовки сучасного фахівця галузі фізичної культури і спорту [Інтернет]. Ялта: РВВ КГУ; цитовано 2016 Квіт. 15]; 105-111 с. Доступно: <https://scholar.google.com.ua/citations?user=if9zi6cAAAAJ&hl=uk>

364. Мелешко ВИ, Очеретный АВ, Нагирный РС. Оптимизация режимов тренировочной работы в гребле на байдарках и каноэ. Гребной спорт. 1994;1:8-10.

365. Мельник Т, Жигун К. Методи оптимізації інтелектуальної діяльності тренера в процесі прийняття рішення. В: Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві. 36. наук. пр. Східноєвроп. нац ун-ту ім. Лесі Українки. Луцьк; 2013;2(22), с. 138–42.

366. Методика і технологія. Інформаційно-комунікаційні технології (КТ) та їх роль в освітньому процесі. [Інтернет]. 2010 [оновлено 2016 Трав. 23; цитовано 2016 Трав. 25]. Доступно: <https://osvita.ua/school/method/technol/6804/>

367. Микитчук НА. Реализация компетентностного подхода на основе средств современных информационных технологий в образовательном процессе по спортивно-педагогическим дисциплинам (на примере волейбола). Веснік ГрДУ імя Янкі Купали. 2010;3:89-94.

368. Миронова ТА. Формирование теоретических знаний по предмету «Физическая культура» у учащихся старших классов с применением программированного обучения [автореферат]. Тамбов: Тамбовский гос. ун-т им. Г. Р. Державина; 2012. 26 с.

369. Михайлов ВВ. Оптимизация показателей техники движений как фактор повышения максимальной скорости в спринтерском беге [автореферат]. Москва: ГЦОЛИФК; 1983. 20 с.

370. Михайлова ТВ, редактор. Гребной спорт: учебник для студ. высш. пед. учеб.заведений. Москва: Академия; 2006. 400 с.

371. Мищенко ВС. Функциональные возможности спортсменов. Киев: Здоров'я; 1990. 200 с.

372. Мищенко В, Сухановский А, Дьяченко А. Индивидуальные особенности анаэробных возможностей как компонента специальной выносливости спортсменов. Наука в олимп. спорте 2003;1:57-62.

373. Мищенко ВС, Лысенко ЕН, Виноградов ВЕ. Реактивные свойства кардиореспираторной системы как отражение адаптации к напряженной физической тренировке в спорте: монография. Киев: Науковий світ; 2007. 351 с.

374. Мігель ЛІІ. Планування та деякі аспекти техніки академічного веслування: навч. посіб. Миколаїв: НУК; 2010. 96 с.

375. Мірошніченко ВМ. Застосування фізичних тренувань різного спрямування для вдосконалення фізичного здоров'я дівчат з урахуванням соматотипу [дисертація]. Львів: ЛДУФК; 2008. 220 с.

376. Мітова ОО. Аналіз застосування комп'ютерних технологій у контролі різних видів підготовленості спортсменів у командних ігрових видах спорту. В: History, Problems and Prospects of Development of Modern Civilization Proceedings of the XVII International Academic Congress; 2016; Tokyo. Tokyo University Press; 2016, 639-44.

377. Міфтахутдінова ДА. Удосконалення фізичної та функціональної підготовленості спортсменок високої кваліфікації у веслуванні академічному [автореферат]. Дніпропетровськ: Дніпропетр. держ. ін-т фіз. культури і спорту. 2015. 22 с.

378. Міценко О. Комп'ютерні ігри як засіб формування теоретичних знань з фізичної культури учнів молодшого шкільного віку. В: Молода спортивна наука України. Зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. Львів; 2004;3(8):235-8.

379. Мойсеюк НЄ. Педагогіка. Навчальний посібник. 5-е вид., доп. і перероб. Київ; 2007. 656 с.

380. Моляко ВО. Творчий потенціал людини як психологічна проблема. Психологічна газета. 2005;6:4-5.

381. Моральна, інтелектуальна і спеціальна психологічна підготовка у спортивній боротьбі. Лекція з дисципліни „Теорія і методика обраного виду спорту“ для студентів 4 курсу [Інтернет]. 2017 [оновлено 2016 Лют. 20; цитовано 2016 Трав. 22]; 19 с. Доступно: http://3w.ldufk.edu.ua/files/kafedry/kaf_atletychnykh_vydiv_sportu/borotba/lek/23.pdf

382. Морев ИА. Образовательные информационные технологии: учеб. пособ. Владивосток: Издательство Дальневосточного университета; 2004. Часть 1. 162 с.

383. Мороз ОГ, Юрченко ВІ. Підготовка майбутнього викладача вищої школи: психологопедагогічний ракурс Вісник психології і педагогіки. [Інтернет]; 2010 [цитовано 2017 Лют. 15]; Доступно: http://www.psyh.kiev.ua/Підготовка_майбутнього_викладача_вищої_школи:_психологопедагогічний_ракурс

384. Москаленко Н, Єлісєєва Д. Інноваційні підходи до теоретичної підготовки старшокласників у самостійних заняттях з фізичного виховання. Спортивний вісник придніпров'я. 2016;3:146-50.

385. Москаленко НВ. Відгук офіційного опонента. [Інтернет]; 2017 [цитовано 2017 Лют. 15]; Доступно: http://vspu.edu.ua/science/dis/des_11_2.pdf

386. Москаленко НВ. Ефективність інноваційних технологій теоретичної підготовки у фізичному вихованні учнів середньої школи. Спортивний вісник придніпров'я. 2015;1:32-6.

387. Москаленко НВ. Теоретико-методичні засади інноваційних технологій в системі фізичного виховання молодших школярів [дисертація]; Київ: НУФВСУ; 2009. 461 с.

388. Москаленко НВ. Теоретико-методичні засади інноваційних технологій в системі фізичного виховання молодших школярів [автореферат]. Київ: НУФВСУ; 2009. 44 с.

389. Москалик Р. Міжнародне поширення технологій у глобалізованій економіці: монографія. Львів: Львів. нац. ун-т ім. І. Франка; 2013. 376 с.

390. Московченко ОН. Оптимизация физических нагрузок на основе индивидуальной диагностики адаптивного состояния у занимающихся физической культурной и спортом (с применением компьютерных технологий) [автореферат]. Москва: РГУФКСМТ; 2008. 388 с.

391. Мохаммед Эль Саид Мохаммед Халлим Управление процессом психологической подготовки квалифицированных спортсменов-легкоатлетов [автореферат]. Киев: НУФВСУ; 1981. 20 с.

392. Мулик В, Хохлов Г. Сравнительный анализ соревновательной деятельности на различных дистанциях в лыжных гонках. Наука в олимпийском спорте. 2004;1:31-8.

393. Мулик ВВ. Впровадження кредитно-модульної системи в навчальний процес студентів спортивного вузу. В: Олімпійський спорт і спорт для всіх. Матеріали ІХ Міжнар. наук. конг. 2005; Київ: Олімпійська література; 2005. с. 923.

394. Мулик ВВ. Система багаторічного спортивного удосконалення в ускладнених умовах поєднання основних сторін підготовленості

спортсменів (на матеріалі лижного спорту) [автореферат]. Київ.: НУФВСУ; 2002. 40 с.

395. Муравьев ВП. Техническая подготовка в беге на короткие дистанции с учетом особенностей формирования двигательных программ [автореферат]. Санкт-Петербург.: ГИФК им. П. Ф. Лесгафта; 1992. 21 с.

396. Наговіцин РС. Теоретико-методологич. основи формування фіз.: монографія. Москва: ИНФРА; 2015. 142с.

397. Назаренко ЛД, Костюнина ЛИ. Проблема интеллектуальной подготовки спортсменов. Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2012;1(22):160.

398. Нарский ГИ. Распределение тренировочных нагрузок скоростно-силовой направленности на этапах многолетней подготовки бегунов на средние дистанции. Теория и практика физической культуры. 1996;8:49-51.

399. Насонкіна ОЮ. Динаміка рівня фізичної підготовленості бігунок на середні дистанції. В: Основи побудови тренувального процесу в циклічних видах спорту. Матеріали II Всеукр. наук.-практ. інтернет-конф. [Інтернет]; 2016 бер. 24-25; Харків: ХДАФК; 2016 [цитовано 2017 Лип. 27]; с. 22-5. Доступно: http://journals.urau.ua/cvs_konf/article/view/66440/0

400. Національна федерація академічного веслування України [Інтернет]; 2016 [оновлено 2016 Лип 13; цитовано 2016 Вер. 25]. Доступно: <http://www.rowingukraine.org/>

401. Національний університет фізичного виховання і спорту України. Центр підвищення кваліфікації та перепідготовки [Інтернет]. 2013 [оновлено 2016 Груд. 3; цитовано 2016 Груд. 15]. Доступно: <https://uni-sport.edu.ua/content/centr-pidvyshchennya-kvalifikaciyi-ta-perepidgotovky>

402. Нейман ЮМ, Хлебников ВА. Введение в теорию моделирования и параметризации педагогических тестов. Москва: Прометей; 2000. 168 с.

403. Некрасов СИ, Некрасова НА. Философия науки и техники: тематический словарь. Орёл: ОГУ; 2010, 289 с.

404. Никитин АП, Родин АА, Янковская ТА и др. Учебная программа дополнительного образования детей „Шахматы “ (для ДЮСШ и СДЮШОР). Краснодар; 2011. 24 с.

405. Никитушкин ВГ, Зеличенко ВБ, Чесноков НН, Прокудин БФ. Легкая атлетика. Бег на короткие дистанции. Этапы спортивного совершенствования и высшего спортивного мастерства: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных

и специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. Москва: Советский спорт; 2004. 88 с.

406. Никитушкин ВГ. Современная подготовка юных спортсменов: метод. пособие. Москва: Советский спорт; 2009. 112 с.

407. Никитушкина НН, Водяникова ИА. Управление методической деятельностью спортивной школы: науч.-метод. пособие. Москва: Советский спорт; 2012. 200 с.

408. Николенко ВВ. Методика развития скоростно-силовых качеств лыжников-гонщиков высокой квалификации с применением тренажеров резонансного типа [автореферат]. Москва: ГЦОЛИФК; 1992. 23 с.

409. Нудельман ЛМ. Интервальная гипоксическая тренировка в циклических видах спорта. Теория и практика физ. культуры: тренер. 2006;1:37-8.

410. Няньковський СЛ. Формування здоров'я дітей. Профілактика його порушень на підставі комп'ютерного моніторингу. Львів: Аверс; 1997. с. 3-75.

411. Огнистий АВ. Олімпійська освіта у професійній підготовці фахівців напряму „початкова освіта“. В: Молодь та олімпійський рух. 36. тез. доп. X Міжнар. наук. конф.; 2017 Трав. 24-25; Київ: НУФВСУ; 2017, с. 43-4.

412. Озерова ОА. Тактична підготовка плавців різного рівня кваліфікації [дисертація]. Львів: ЛДУФК; 2006. 183 с.

413. Озолин НГ. Настольная книга тренера: Наука побеждать. Москва: Астрель; АСТ; 2003. 863 с.

414. Озолин НГ. Современная система спортивной тренировки. Москва: Физкультура и спорт; 1970. 479 с.

415. Олімпійські види спорту. Вікіпедія. [Інтернет]. 2017 [оновлено 2017 Лип. 18; цитовано 2017 Жов. 20]; Доступно: https://uk.wikipedia.org/wiki/Олімпійські_види_спорту

416. Ольховый ОМ, Петренко ЮМ, Темченко ВА, Тимченко АН. Модель спортивно-ориентированного физического воспитания студентов с применением информационных технологий. Физическое воспитание студентов. [Інтернет]. 2015 [цитировано 2017 Фев. 14];3:22-29. Доступно: http://nbuv.gov.ua/UJRN/PhVSTS_2015_3_6

417. Омельченко ОС. Вдосконалення фізичної підготовки веслярів легкої ваги у веслуванні академічному на етапі підготовки до вищих досягнень [автореферат]. Дніпро: ПДАФКС; 2016. 24 с.

418. Омельченко ОС. Динаміка показників фізичної підготовленості веслярів легкої ваги після використання експериментальної тренувальної

програми з веслування академічного. В: Фізична культура, спорт та здоров'я нації. Зб. наук. пр. Вінницьк. держ. пед. ун-ту ім. Михайла Коцюбинського. Вінниця; 2014;522–6.

419. Омельченко ОС. Організаційно-методичні аспекти експериментальної тренувальної програми для спортсменів легкої ваги в академічному веслуванні. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2014;4:27-33.

420. Омельченко ОС. Функціональний стан дихальної та серцево-судинної систем веслярів легкої ваги. Спортивний вісник Придніпров'я. 2015;3:96-9.

421. Онищенко ВМ. Структура та зміст навчально-тренувального процесу дітей 6-7 років на першому році занять з міні баскетболу [автореферат]. Дніпро: ПДАФКС; 2017. 26 с.

422. Орлов АА. Планування теоретичної та технічної підготовки дівчат 8–10 років, які займаються важкою атлетикою. Педагогіка, психологія і методико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. Наук. моногр. Харків. 2009;8:118-21.

423. Оргинський ВЛ. Педагогіка вищої школи. Види педагогічних технологій [Інтернет]. Київ: ЦУЛ; 2009 [цитовано 2017 Жов. 20]; 472 с. Доступно: http://pidruchniki.com/17190512/pedagogika/vidi_pedagogichnih_tehnologiv

424. Осіпов ВМ, Шилкін ГМ, Дядечко ІЄ. Моделювання навчального процесу у фізкультурному ВУЗі за допомогою сучасних інформаційних технологій. Теорія та методика фізичного виховання. 2010;2:7-10.

425. Осіпов ВМ. Теоретичне обґрунтування розвитку спеціальної витривалості в спортсменів, які спеціалізуються в циклічних видах спорту. В: Основи побудови тренувального процесу в циклічних видах спорту. Матеріали III Всеукр. наук.-практ. інтернет-конф. [Інтернет]; 2016 Бер. 24-25; 2017 [цитовано 2017 Лип. 27]; с. 54-58. Доступно: http://journals.urpn.ua/cvs_konf/article/view/66440/0

426. Остапчук МВ, Рибак АІ. Система технологій (за видами діяльності): навч. посіб. Київ: ЦУЛ; 2003. 886 с.

427. Очеретько БЕ, Шинкарук ОА. Использование тактических моделей в соревновательной деятельности высококвалифицированных гребцов-академистов. В: Олімпійський спорт і спорт для всіх: проблеми здоров'я, рекреації та спортивної медицини і реабілітації. IV Міжнар. наук. конгр. 2000 Трав. 16-19; Київ: Олімп. літ.; 2000. с. 96.

428. П'ятничук ДВ. Диференціація підготовки бігунів на середні і довгі дистанції у клімато-географічних умовах карпатських гір [автореферат]. Львів: ЛДУФК; 2012. 20 с.

429. Павлюк ЄО, Чопик ТВ. Аналіз професійної підготовки майбутніх фахівців з олімпійського та професійного спорту у вищих навчальних закладах. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2012;2:92-5.

430. Павлюк ЄО. Теоретичні і методичні засади професійного становлення майбутніх тренерів-викладачів у процесі фахової підготовки [дисертація]. Хмельницький: ХНУ; 2017. 630 с.

431. Пангелова НЕ. Методика поєднаного розвитку фізичних здібностей та навчання техніці легкоатлетичних вправ учнів середнього шкільного віку [автореферат]. Київ: НУФВСУ; 1994. 24 с.

432. Передерій АВ. Загальна характеристика системи підготовки спортсменів Спеціальних Олімпіад. Фізична активність, здоров'я і спорт. 2012;4(10):65-73.

433. Петренко ЮІ, Ашанін ВС, Басенко ОВ. Використання інформаційних технологій у навчальному процесі ВНЗ фізичної культури як засіб формування біомеханічних знань. Фізична культура, спорт та здоров'я. 2015; 279-280.

434. Петров МЕ, Мартынова ВА. Развитие специальной выносливости у лыжников-гонщиков 14-16 лет. В: Молодь та олімпійський рух. 36. тез доп. VIII Міжнар. наук. конф. 2015 Вер. 10-11; Київ: НУФВСУ; 2015, 110-2.

435. Петров ПК, Попова АИ. Дистанционное обучение студентов вуза по дисциплине „Физическая культура“. Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2010;2:32.

436. Петров ПК. Информационные технологии в физической культуре и спорте: учеб. пос., 2-е изд. Москва: Академия; 2011. 288 с. ,

437. Петров ПК. Универсальная информационно-диагностическая система по спортивно-педагогическим дисциплинам на основе современных информационных технологий. Теория и практика физической культуры 2001;6:57-9.

438. Петров ПК. Формирование судейской компетентности по спорту у студентов физкультурных вузов с использованием мультимедийных обучающих программ. Современные проблемы науки и образования [Интернет]. 2014 [цитировано 2017 Апр. 13];1. Доступно: [URL: www.scien-ceeducation.ru/115-11877](http://www.scien-ceeducation.ru/115-11877)

439. Петровська Т, Манько Р. Інтуїція спортсмена як можливість покращення спортивного результату в спортивному орієнтуванні. Фізична культура, спорт та здоров'я нації. 2006;6:423-7.

440. Петровська Т, Манько Р. Творча складова інтуїтивного мислення спортсменів як детермінанта прийняття ефективного рішення. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2009;3:99 -102.

441. Пивоварова ВІ. Особливості тренування жінок у лижному спорті. Київ: Здоров'я; 1980. 64 с.

442. Пилипко ОА. Динамика показателей скорости, темпа и «шага» цикла гребковых движений у высококвалифицированных спортсменов при проплывании дистанций различной длины способом кроль на спине. В: Основи побудови тренувального процесу в циклічних видах спорту. Матеріали І Всеукр. наук.-практ. інтернет-конф. [Інтернет]. 2015; Харків: ХДАФК. [цитовано 2017 Лип. 29]. с. 58-61. Доступно: http://journals.urau.ua/cvs_konf/article/view/66440/0

443. Пітин М, Зінь Л. Олімпійська освіта у структурі фізичного виховання ВНЗ економічного профілю. Туризм і краєзнавство. 2012;147–51.

444. Пітин М. Авторська модель системи знань спортсменів. В: Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Серія 15, Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт). 36. наук. пр. Київ; 2013;10(37), с. 89–95.

445. Пітин МП, Бріскін ЮА. Олімпійська освіта в умовах інформаційного суспільства: перспективи досліджень. В: Вісник Черніг. держ. пед. ун-ту ім. Т. Г. Шевченка. Серія: Пед. науки. Фіз. виховання та спорт. 36. наук. пр. Чернігів; 2012;2(98), с. 122–5.

446. Пітин МП. Теоретична підготовка в спорті: монографія. Львів: ЛДУФК; 2015. 372 с.

447. Платонов ВМ, Булатова ММ. Фізична підготовка спортсмена: навч. посібник. К.: Олімпійська літ.; 1995. 320 с.

448. Платонов ВМ, редактор. Енциклопедія олімпійського спорту України. Київ: Олімпійська література; 2005, 464 с.

449. Платонов ВН, редактор. Спортивное плавание: путь к успеху: в 2-х кн. Киев: Олимпийская литература; 2012. Книга 2. 544 с.

450. Платонов ВН, редактор. Спортивное плавание: путь к успеху: в 2-х кн. Киев: Олимпийская литература; 2011. Книга 1. 480 с.

451. Платонов ВН, Сахновский КР. Подготовка юного спортсмена. Киев: Радянська школа; 1988. 288 с.

452. Платонов ВН. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение. Киев: Олимп. лит.; 2014. 624 с.

453. Платонов ВН. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учеб. тренера высш. квалиф. Киев: Олимпийская литература; 2004. 584 с.

454. Платонов ВН. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник [для тренеров]: в 2 кн. Киев: Олимп.лит.; 2015. Книга 1. 680 с.

455. Платонов ВН. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник [для тренеров]: в 2 кн. Киев.: Олимп.лит.; 2015. Книга 2. 752 с.

456. Политько ЕВ. Особенности динамики технико-тактических действий пловцов различной квалификации, выступающих на дистанции 50 метров баттерфляй В: Основи побудови тренувального процесу в циклічних видах спорту. Зб. наук. пр. IV Всеукр. наук.-практ. інтернет-конф. [Інтернет]; 2017; Харків: ХДАФК; 2017. [2017 Лип. 29] с. 65-70. Доступ: http://journals.urau.ua/cvs_konf/article/view/66440/0

457. Полишкис МС, Выжгин ВА, редакторы. Футбол: учебни. Москва: Физкультура, образование и наука; 1999. 254 с.

458. Положення про Міністерство освіти і науки України: постанова від 16 жовтня 2014 р. № 630. [Інтернет]. 2014. [оновлено 2016 Бер. 28; цитовано 2016 Квіт. 21]. Доступно: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/630-2014-%D0%BF>

459. Пометун ОІ. Енциклопедія інтерактивного навчання. Київ; 2007. 142 с.

460. Помещикова ПІ, Єфімов ОА. Основи баскетболу: навчальний посібник. Харків: ХДАФК; 2012. 108 с.

461. Пономарев ВС, Богданов ВМ, Соловов АВ. Дистанционное обучение в сфере физической культуры: от настольных компьютеров к мобильным системам, smart и moos. Ульяновск: УлГТУ. 2014; 280-2.

462. Пономарев ВС, Богданов ВМ, Соловов АВ. Система дистанционного обучения МОДУС в подготовке студентов по теоретическому разделу дисциплины „Физическая культура“. Саратов: Саратовский социально-экономический институт ФГБОУ ВПО „Российский экономический университет“ им. Г.В. Плеханова. 2014;146-8.

463. Пономарьов ОС. Формування кадрів для інноваційного розвитку як стратегічна мета вищої школи. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2010;5:105-8.

464. Попов ЮА. Исследование средств силовой подготовки в связи с развитием силовой выносливости [автореферат]. Москва: ГЦОЛИФК; 1968. 22 с.

465. Приймаков А, Кропта Р. Системные взаимодействия компонентов структуры функциональных возможностей квалифицированных гребцов. Наука в олимпийском спорте. 2003;1:92–8.
466. Приступа ЕН, Брискин ЮА, Передерий АВ. Спорт инвалидов как составляющая международного олимпийского движения. В: Междунар. науч.-практ. конф. государств – участников СНГ по проблемам физ. культуры и спорта; 2010; Минск: БГУФК; 2010. с. 66–75.
467. Приступа ЕН, Брискин ЮА, Питын МП. Решение проблем современной молодежи средствами олимпийского образования. В: Manolachi V, Danail S, red. Sportul Olimpic și sportul pentru toți. Material. Congres. Șt. Intern. 2011; Ch.: USEFS; 2011;1. p. 148 – 51.
468. Приступа ЄН, Пилат ВС. Традиції української національної фізичної культури. Львів: Троян; 1991. 275 с.
469. Приходько ВВ. Педагогические основы физкультурного образования студентов (опыт ирового проектирования и экспертизы) [диссертация]. Москва: ГЦОЛИФК; 1991. 416 с.
470. Про Видпу Освіту: Закон України [Інтернет]. Київ. 2014. [оновлено 2016 Вер. 11; цитовано 2016 Жов. 9]. Доступно: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1556-18>
471. Про затвердження Положення про підвищення кваліфікації тренерів (тренерів-викладачів) та інших фахівців у сфері фізичної культури і спорту: наказ Міністерства Молоді та Спорту України від 13.09.2016 № 3520. [Інтернет]. 2016. [оновлено 2016 Трав. 20; цитовано 2016 Черв. 29]. Доступно: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1321-16>
472. Про затвердження Положення про порядок здійснення інноваційної освітньої діяльності: наказ від 07.11.2000 № 522 (зі змінами і доповненнями). [Інтернет]. 2000, [оновлено 2016 Вер. 12; цитовано 2016 Лист. 18]. Доступно: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/z0946-00>
473. Про затвердження Порядку проведення атестації тренерів (тренерів-викладачів) та спортивних суддів, фахівців з питань фізкультурно-спортивної реабілітації, які беруть участь у фізкультурно-оздоровчих, фізкультурно-реабілітаційних та спортивних заходах для інвалідів: наказ Міністерства молоді та спорту України від 05.05.2014 № 1407 [Інтернет]. 2014. [оновлено 2016 Бер. 2; цитовано 2016 Лип. 22]. Доступно: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0554-14>
474. Про інноваційну діяльність: Закон України від 04.07.2002 № 40-IV (зі змінами і доповненнями) [Інтернет]. 2002, [оновлено 2016 Черв. 14;

цитовано 2016 Лист. 22];36. Доступно: <http://zakon1.rada.gov.ua/laws/show/40-15>.

475. Про основні засади розвитку інформаційного суспільства в Україні на 2007–2015 роки: наказ від 9 січня 2007 року № 537-16 [Інтернет]. 2007. [оновлено 2016 Бер. 25; цитовано 2016 Лист. 12]. Доступно: <http://zakon.rada.gov.ua/cgi-bin/laws/main.cgi?nreg=537-16>

476. Про пріоритетні напрями інноваційної діяльності в Україні: Закон України від 08.09.2011 № 3715-VI (зі змінами і доповненнями) [Інтернет]. 2012, [оновлено 2016 Сер. 11; цитовано 2016 Лист. 22];19-20:166 Доступно: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/3715-17>

477. Про стандартизацію: Закон України [Інтернет]. Київ. 2014. [оновлено 2016 Бер. 21; цитовано 2016 Трав. 12]. Доступно: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1315-18>

478. Про схвалення Концепції Державної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на період до 2020 року: розпорядження Кабінету Міністрів від 9.12.2015. №1320-р. [Інтернет]. Київ. 2015. [оновлено 2016 Черв. 21; цитовано 2016 Лип. 13]. Доступно: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1320-2015-%D1%80>

479. Про фізичну культуру і спорт: Закон України [Інтернет]. Київ. 1994. [оновлено 2016 Лип. 24; цитовано 2016 Лип. 29]. Доступно на: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12>

480. Проценко УН. Профессиональная подготовка специалистов по физической культуре: терминологический аспект. Журнал научных публикаций аспирантов и докторантов [Інтернет]. 2014, [оновлено 2016 Лип. 12; цитовано 2016 Лист. 23]. Доступ: <http://jurnal.org/articles/2014/ped21.html>

481. Пруднікова МС. Дослідження систем киснезабезпечення велосипедисток 17-19 років в предзмагальному мезоциклі. В: Основи побудови тренувального процесу в циклічних видах спорту. 36. наук. пр. III Всеукр. наук.-практ. інтернет-конф. [Інтернет]; 2017 Бер. 24-25; Харків: ХДАФК; 2017. [цитовано 2017 Лип. 28]; с. 71-5. Доступно: http://journals.urau.ua/cvs_konf/article/view/66440/0

482. Психологіс. Енциклопедія практичної психології. Самовдосконалення [Інтернет]. 2014. [оновлено 2017 Лют. 18; цитовано 2017 Лют. 23]. Доступно: <http://psychologis.com.ua/samosovershenstvovanie-1.htm>

483. Пуни АЦ. Вопросы психологической подготовки к соревнованиям в спорте. Ленинград: ГОЛОКЗИФК; 1972. 90 с.

484. Пуни АЦ. Проблема личности в психологии спорта: лекция для слушателей факультета повышения квалификации. Москва: Гос.центр. ин-т физ.культуры; 1980. 28с.

485. Пятков ВТ. Теорія і методика стрілецького спорту: підручник. Львів: Інтелект-Захід; 1999. 294 с.

486. Разумов ГГ. Особенности построения гребка и совершенствование техники движений в гребле на каноэ [автореферат]. Ленинград: ЛГУФК; 1999. 22с.

487. Разумовский ЕА. Совершенствование специальной подготовленности спортсменов высшей квалификации (на материалах циклических видов легкой атлетики) [диссертация]. Москва: ГЦОЛИФК; 1993. 791 с.

488. Ремзі ІВ. Педагогічна технологія відбору перспективних спортсменів. Наукові записки кафедри педагогіки. [Інтернет]. 2012 [цитовано 2016 Вер. 22]; 29:139-145. Доступно: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nzkr_2012_29_19

489. Рибак Л, Рибак О. Вплив якості укладання і запису швидкісних стенограм на результати змагальної діяльності ралійних екіпажів. В: Молода спортивна наука України. Зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту та здоров'я людини. Львів; 2011;1(15), с. 222–5.

490. Рибак ЛІ. Спеціальна стенограмна підготовка ралійних екіпажів на етапі спеціалізованої базової підготовки. Теорія та методика фізичного виховання. 2011;4:16-38.

491. Рибак ЛІ. Стенограмна підготовка авторалістів різного віку і кваліфікації у системі багаторічного спортивного удосконалення. В: Молода спортивна наука України. Зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. Львів; 2010;1(14):248–55.

492. Рибальченко ТП. Вдосконалення спеціальної фізичної та техніко-тактичної підготовленості кваліфікованих бігунів на середні дистанції в річному циклі тренувань [автореферат]. Харків: ХДАФК; 2013. 23 с.

493. Римар ЮИ, Маликов НВ. Оценка уровня функциональной подготовленности начинающих гребцов-академистов 12-13 лет сиспользованием современныхкомпьютерных технология. In: Telovychova a sport. tezi dopov. VIII Mezinarodni vedecko-prakticka conf. 2012 Brez 27 – Kvet 05. Praha; 2012, s. 50-2.

494. Римар ЮІ. Підвищення фізичної та функціональної підготовленості спортсменів у веслуванні академічному на етапі початкової підготовки [автореферат]. Дніпропетровськ: ПДАФКС; 2014. 20 с.

495. Рогозина В. Педагогические условия развития творческих способностей на уроке. Воспитание школьников. 2007;4:28-30.
496. Родионов АВ, Сопов ВФ, Непопалов ВН и др. Психология физической культуры и спорта. Москва: Академия; 2010. 368 с.
497. Родионов АВ. Психологическая подготовка спортсменов и команд. Москва: Советский спорт; 2004. 195 с.
498. Романенко ОІ. Розподіл обсягу фізичного навантаження бігунів на середні дистанції у річному циклі тренувального процесу. В: Основи побудови тренувального процесу в циклічних видах спорту. Зб. наук. пр. II Всеукр. наук.-практ. інтернет-конф. [Інтернет]; 2016 Бер. 24-25; Харків: ХДАФК; 2016. [цитовано 2017 Лип. 27]; с. 42-4. Доступно: http://journals.urau.ua/cvs_konf/article/view/66440/0
499. Романенко ЮА. Портфоліо студента: дидактичний аспект. Наукові записки НДУ імені М Гоголя. Психолого-педагогічні науки. 2012;2:38-40.
500. Ротенберг АР. Педагогическая система управления личностным ростом спортсменов-единоборцев [автореферат]. Санкт-Петербург.: Военный ин-т физ. культуры; 2007. 49 с.
501. Ротерс Т. Мультимедійні технології в процесі підготовки спеціалістів з фізичного виховання. Молода спортивна наука України. 2006;3:269-73.
502. Ротерс ТТ, Котова ОВ. Підготовка майбутніх вчителів фізичної культури до профільного навчання у старшій школі. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2008;6:142-4.
503. Рудик ПА. Психологическая структура спортивной деятельности: лекция для студентов ин-тов физ.культуры. Москва: Гос. центр ин-т физ.культуры; 1980. 39 с.
504. Русанова О, Жань Суй. Характеристика координационных способностей спортсменов различных тренировочных групп детско-юношеской спортивной школы, специализирующихся на академической гребле. Спортивный вісник Придніпров'я. 2017;1:75-80.
505. Русанова ОМ. Режими тренувальних навантажень спрямовані на розвиток стійкості реакцій аеробного енергозабезпечення у кваліфікованих спортсменів у веслування академічному [автореферат]. Київ: НУФВСУ; 2009. 23 с.
506. Рыбак ОЮ. Педагогические средства оптимизации инерционных процессов в технике педалирования при специальной

підготовке велосипедистов высокой квалификации [автореферат]. Киев: НУФВСУ; 1991. 25 с.

507. Рыбальченко ТП, Крайник ЯБ. Совершенствование специальной физической подготовки квалифицированных бегуний на выносливость. В: Основи побудови тренувального процесу в циклічних видах спорту. Зб. наук. пр. II Всеукраїнська наук.-практ. інтернет-конф. [Інтернет]; 2016 Бер. 24-25; Харків: ХДАФК; 2016. [цитовано 2017 Лип. 11]; с. 44-6. Доступно: http://journals.uran.ua/cvs_konf/article/view/66440/0

508. Савчин М. Оценка состояния тренированности боксеров высокой квалификации. Наука в олимпийском спорте. 2004;2:41–8.

509. Савчин МП. Тренованість боксера та її діагностика. Київ: Норапрінт; 2003. 220 с.

510. Саїнчук ММ. Ціннісна орієнтація старшокласників до отримання теоретичних знань із фізичної культури. Молода спортивна наука України. 2011;2(15):227-32.

511. Сальникова СИ. Системный подход к изучению творческих способностей спортсменов. Фізична культура, спорт та здоров'я нації. 1998;1:215–22.

512. Сальнікова С. Використання творчого тренінгу у підготовці спортивних ігрових команд. Молода спортивна наука України. 1998;2:164–7.

513. Сальнікова СІ. Виявлення творчих здібностей у кваліфікованих спортсменів [автореферат]. Київ: УДУФВС; 1999. 19 с.

514. Сальнікова СІ. Тренінг креативності у підготовці спортивних ігрових команд. Психологія на перетині тисячоліть. 1998;3(3):103–10.

515. Самоленко ТВ. Методика индивидуального планирования спортивной подготовки легкоатлетов высокой квалификации, специализирующихся в беге на средние и длинные дистанции: монография. Москва: Спорт; 2016. 248 с.

516. Самсонов МА. Коррекция техники низкого старта легкоатлетов-спринтеров I-II разрядов на основе оптимизации стартовой позы [автореферат]. Санкт-Петербург.: ГИФК им. П. Ф. Лесгафта; 2013. 24 с.

517. Самуilenko BE. Оценка технической совместимости гребцов в командных экипажах по результатам контроля физиологических показателей специальной работоспособности. В: Олімпійський спорт і спорт для всіх. Тези доп. XIV междунар. наук. конг.; 2010 Жов. 5–8; Київ: НУФВСУ; 2010. с. 391.

518. Сапрун СТ. Олімпійська освіта школярів. Методичні рекомендації для вчителів початкових класів загальноосвітніх шкіл. Тернопіль: 2014. 89 с.

519. Сахновський КП. Плавання. Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності. Київ: Молодь; 1995. 93 с.

520. Святьєв АВ, Власова ГС. Вивчення особливостей професійної підготовки майбутнього тренера-викладача у вищих навчальних закладах. Вісник Запорізького національного університету. 2009;1:113-8.

521. Святьєв АВ, Гостішев ВМ. Оптимізація побудови тренувальних навантажень в процесі підготовки кваліфікованих веслувальників. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2010;2:140-4.

522. Святьєв АВ. Деякі аспекти підготовки майбутнього тренера-викладача до професійної діяльності у вищих навчальних закладах. В: Наукові записки НПУ ім. М. П. Драгоманова. Серія: Педагогічні науки та історичні науки. 36. наук. пр. Київ: 2014;117, с. 144-50.

523. Святьєв АВ. Особливості теоретичної підготовки майбутнього тренера-викладача до професійної діяльності. В: Наукові записки Національного педагогічного університету ім. М.П. Драгоманова [Інтернет]. 2014 [цитовано 2016 Жов. 6];118:213-220. Доступ: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nzped_2014_118_31.

524. Свекла С. Направленность силовой подготовки юных бегунов на средние дистанции. Спортивный вестник Придніпров'я. 2017;1:81-4.

525. Свищ Я. Штучна гіпоксія та її використання в практиці підготовки висококваліфікованих легкоатлетів. В: Молода спортивна наука України. 36. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. Львів; 2008;1:319-24.

526. Свищ ЯС. Розвиток швидкісно-силових якостей легкоатлетів-спринтерів із застосуванням штучної гіпоксії [автореферат]. Львів: ЛДУФК; 2011. 20 с.

527. Свістельник І. Олімпійська освіта: анот. бібл. пок. Львів; 2011. 90 с.

528. Свістельник ІР. Адаптація бібліотек ВНЗ фізичного виховання і спорту до сучасних вимог інформаційного забезпечення навчально-освітнього процесу. Вісник Книжкової палати [Інтернет]. 2015 [цитовано 2016 Лист. 18];7:21-3. Доступно: http://nbuv.gov.ua/UJRN/vkp_2015_7_7

529. Свістельник ІР. Електронний репозитарій як складова інформаційно-освітнього простору вищого навчального закладу

фізкультурного профілю. Слобожанський науково-спортивний вісник [Інтернет]. 2015 [цитовано 2016 Вер. 27];3:107–10. Доступно: http://nbuv.gov.ua/UJRN/snsv_2015_3_22

530. Свістельник ІР. Електронні навчально-методичні матеріали як складова інформаційно-освітнього простору ВНЗ фізкультурного профілю. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2015;3(47):103–7.

531. Седляр ЮВ. Согласование движений руками и ногами при плавании кролем на груди. В: Основы побудови тренувального процесу в циклічних видах спорту. 36. наук. пр. III Всеукр. наук.-практ. інтернет-конф. [Інтернет]; 2016 Бер. 24-25; Харків: ХДАФК; 2016 [цитовано 2017 Лип. 29]; с. 50-2. Доступ: http://journals.urau.ua/cvs_konf/article/view/66440/0

532. Седляр ЮВ. Построение тренировочных занятий по совершенствованию координационных способностей квалифицированных пловцов- кролистов. Теоретичне обґрунтування розвитку спеціальної витривалості в спортсменів, які спеціалізуються в циклічних видах спорту. В: Основы побудови тренувального процесу в циклічних видах спорту. 36. наук. пр. III Всеукр. наук.-практ. інтернет-конф. [Інтернет]; 2017 Бер. 24-25; Харків: ХДАФК; 2017 [цитовано 2017 Лип. 28]; с. 81-6. Доступ: http://journals.urau.ua/cvs_konf/article/view/66440/0

533. Селевко ГК. Педагогические технологии на основе информационно-коммуникационных средств Москва: НИИ школьных технологий; 2005. 208 с.

534. Селевко ГК. Современные образовательные технологии. М.: Народное образование; 1998. 256 с.

535. Семаева ГН, Верлин СВ. Факторный анализ структуры спортивного мастерства гребцов на байдарках высшей квалификации. Вестник спортивной науки. 2011;3:14-7.

536. Сенченко ВВ. Режимы тренировочной нагрузки лыжников-гонщиков на основе учета их функциональной подготовленности [автореферат]. Малаховка: Москов. госуд. акад. физ. культ.; 1995. 17 с.

537. Сергієнко ЛП. Інноваційний зміст системи підготовки спеціалістів фізичного виховання і спорту. Спортивний вісник Придніпров'я. 2003;3-4:23-32.

538. Середа ІО. Дослідження проблеми розвитку творчих здібностей майбутніх вчителів географії в процесі фізичного виховання у ВНЗ. Теорія та методика фізичного виховання. 2012;11:18-37.

539. Середа ІО. Творчі здібності людини: визначення, сутність, структура. В: Єрмаков СС, редактор. Педагогіка, психологія та медико-

біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. Наук. моногр. Харків; 2009;4, с. 110–13.

540. Серов СВ. Плиометрические упражнения как средство скоростно-силовой подготовки спринтеров-легкоатлетов на специально-подготовительном этапе [автореферат]. Ленинград: ГДОИФК им. П. Ф. Лесгафта; 1988. 22 с.

541. Сидорук АВ, Маковецька НВ. Аналіз стану підготовки майбутніх фахівців фізичної культури до анімаційної діяльності. Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology. 2015;3(28):55:49-52.

542. Сидорук АВ. Аналіз проблеми підготовки майбутніх фахівців фізичної культури до використання анімаційної діяльності в сучасній системі освіти. Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах. [Інтернет]. 2015 [цитовано 2016 Вер. 28];42:315-20. Доступно: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pfto_2015_42_44

543. Сидорук АВ. Використання технології портфоліо в оцінюванні готовності майбутніх учителів фізичної культури. В: Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. [Інтернет]. 2015. [цитовано 2016 Вер. 28];8:186-92. Доступно на: http://nbuv.gov.ua/UJRN/pednauk_2015_8_22.

544. Сидорук АВ. Підготовка майбутніх учителів фізичної культури до анімаційної діяльності в загальноосвітній школі [дисертація]. Запоріжжя: ЗНУ; 2016. 288 с.

545. Симптоми підвищеного рівня збудження у плавців перед стартом. Учні матеріали та реферати. [Інтернет]; 2012 [оновлено 2016 Вер. 5: цитовано 2016 Лис. 12]; Доступно: <http://um.co.ua/8/8-2/8-223824.html>

546. Синани НД. Индивидуализация тренировочного процесса на основе учета типологических особенностей высшей нервной деятельности (по данным экспериментальных исследований с велосипедистами) [автореферат]. Москва: МГУ; 1969. 16 с.

547. Синиця МО. Професійна педагогічна освіта: становлення і розвиток педагогічного знання: монографія. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка; 2014. с. 418–38.

548. Сиренко В, Мищенко В, Добровольский В. Тактика соревновательной деятельности квалифицированных бегунов на средние и длинные дистанции. Наука в олимпийском спорте. 1998;1:43–9.

549. Сиротинко ГО. Інноваційний розвиток освіти: проблеми переходу від теорії до практики. Управління школою. 2005;1:15–8.

550. Сисоєва СО. Наукові дослідження як результат творчого пошуку і професійної самореалізації педагога. [Інтернет]. 2015 [цитовано

Доступно: http://sysoeva.org/2008/03/20/naukov_dosldzhennja_jak_rezultat_tvorchogo_poshuku_profesionalno_sanorealizac_pedagoga.html.

551. Сіренко ВО, Бізін ВП, Бобровнік СІ, Величко ОІ, Костенко ПП, укладачі. Легка атлетика: навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких спортивних шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності. Київ: Олімп. літ.; 2007. 164 с.

552. Сіренко Ю, Сіренко Р. Функціональний стан плавців під час змагальної діяльності у спринті. В: Зорій ЯБ, редактор. Фізична культура і спорт: досвід та перспективи. Матеріали міжнар. наук.-практ. конф.; 2017 Квіт. 6-7; Чернівці: Чернівецький нац. ун-т, 2017. с. 169-11.

553. Сітнікова НС. Підвищення ефективності навчально-тренувального процесу легкоатлетів 10-16 років у підготовчому періоді на основі комплексної програми відновлювальних заходів [автореферат]. Дніпропетровськ: ПДАФКС; 2009. 20 с.

554. Скрынниксова НГ. Формирование техники гребковой. движений рук на начальном этапе многолетней подготовки пловцов учетом «оторной асимметрии» [автореферат]. Краснодар: Кубанский ГУФКСТ; 2009. 24 с.

555. Словник UA Портал української мови та культури [Інтернет]. 2015. [оновлено 2016 Вер. 28; цитовано 2016 Груд. 2]. Доступно: <https://slovnkyk.ua/>

556. Словник української мови Академічний тлумачний словник (1970–1980). [Інтернет]. 2016 [оновлено 2016 Бер. 23; цитовано 2016 Квіт. 12]. Доступно: <http://sum.in.ua/>

557. Смолянинова ОГ, Гафурова НВ, Дулинець ТГ, Лях ВИ, Иванов ЕВ, Чурилова ЕЮ. Мультимедиа-технологии в высшем образовании Конспект лекций. Красноярск: ИПЦ СФУ; 2008. 178 с.

558. Смутьсон МЛ. Психологія розвитку інтелекту: монографія. Київ: Нора-друк; 2003. 298с.

559. Соколов ВГ. Развитие скоростно-силовых качеств женщин-спринтеров I-II разряда (на примере легкой атлетики) [автореферат]. Ленинград: ГДОИФК им. П. Ф. Лесгафта; 1989. 24 с.

560. Соколянська ІТ, укладач. Портфоліо педагога. Харків: Основа; 2013. 224 с.

561. Солтык АА. Формирование концептуальной модели профессиональной деятельности преподавателя физического воспитания высшего учебного заведения [диссертация]. Киев: Нац. ун-т физического воспитания и спорта Украины; 2003. 227 с.

562. Спичак НП. Реалізація функціональних можливостей кваліфікованих веслувальників-байдарочників на різних змагальних дистанціях [автореферат]. Київ: НУФВСУ; 2010. 15 с.

563. Стандарт вищої освіти України: перший (бакалаврський) рівень вищої освіти, галузь знань 01 „Освіта/Педагогіка“, спеціальність 017 „Фізична культура і спорт“. Київ: від 24.04.2019 р. №567 [Інтернет]. 2019 [оновлено 2019 Лип. 11; цитовано 2019 Сер. 10]; 19 с. Доступно: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/-fizichna-kultura-i-sport-bakalavr.pdf>

564. Староста В, Хирту П, Павлова-Староста Т. Сенситивные и критические периоды в развитии координационных способностей в подготовке молодых спортсменов. 2008;198-202.

565. Степаненко ДІ. Структура та напрями удосконалення фізичної і технічної підготовленості бігунів на короткі дистанції різної кваліфікації [автореферат]. Львів: Львів. держ. ун-т фізичної культури; 2008. 19 с.

566. Степанова ТА. Научно-методические основы использования компьютерных технологий в процессе профессиональной подготовки студентов института физической культуры [автореферат]. Ростов-на-Дону: РДНФКС; 2001. 231 с.

567. Степанченко НІ. Система професійної підготовки майбутніх учителів фізичного виховання у вищих навчальних закладах [дисертація в Інтернеті]. Вінниця: ЗДІУ ім. М. Коцюбинського; 2017 [цитовано 2018 Сер. 20]. Доступно: https://vspu.edu.ua/science/dis/des_11_3.pdf

568. Стеценко ЮН. Функциональная подготовка спортсменов-гребцов различной квалификации: учеб. пособие. Киев: УГУФ; 1994. 192 с.

569. Столяров ВИ. Концепция олимпийского образования (многолетний опыт разработки и внедрения в практику). Наука в олимпийском спорте. 2007;2:30–5.

570. Столяров ВИ. Теория и методика современного физического воспитания: состояние разработки и авторская концепция: монография. Киев: Олимп. лит.; 2015. 704 с.

571. Стрельников ГЛ, Стрельникова ЄЯ. Вплив акробатичних вправ на виконання поворотів при плаванні „кролем“. В: Основи побудови тренувального процесу в циклічних видах спорту. Зб. наук. пр. III Всеукр. наук.-практ. інтернет-конф.. [Інтернет]. 2016 Бер. 24-25; Харків: ХДАФК; 2016 [цитовано 2017 Лип. 29]; с. 52-5 Доступно: http://journals.urau.ua/cvs_konf/article/view/66440/0

572. Стрельников ВЮ, Брітченко ІГ. Сучасні технології навчання у вищій школі: модульний посібник для слухачів авторських курсів

підвищення кваліфікації викладачів МНПК ПУЕТ. Полтава: ПУЕТ; 2013. 309 с.

573. Строкатов ВВ, Чаплинский ММ. Теоретическая подготовка пловцов. Актуальные вопросы спортивного плавания: сб. науч. тр. 1985;96–8.

574. Сулейманов ИИ. Основные понятия теории физической культуры: их сущность и соотношение. Теория и практика физической культуры. 2001;3:12-6.

575. Сумарокова НМ. О направленности подготовки тренера СДЮШОР. Совершенствование системы подготовки кадров по физкультуре и спорту. 1981;168–70.

576. Суріков ВЄ. Теоретико-методичні основи застосування інформаційних технологій для вдосконалення учбово-тренувального процесу і змагальної діяльності спортсменів. В: Основи побудови тренувального процесу в циклічних видах спорту. Зб. наук. пр. III Всеукр. наук.-практ. інтернет-конф. [Інтернет]. 2016 Бер. 24-25; Харків: ХДАФК; 2016 [цитовано 2017 Лип. 29]; с. 113-5. Доступно: http://journals.urau.ua/cvs_konf/article/view/66440/0

577. Суслов ФП, Сыч ВЛ, Шустина БН. Современная система подготовки. Москва; 2010. 335 с.

578. Сущенко ЛП. Професійна підготовка майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту (теоретико-методологічний аспект): монографія. Запоріжжя: ЗДУ; 2003. 442 с.

579. Сущенко ЛП. Теоретико-методологічні засади професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання та спорту у вищих навчальних закладах [дисертація]. Київ: Інститут пед. і псих. проф. освіти АПН України; 2003. 186 с.

580. Сябро МИ. Педагогический контроль спортивно-технической подготовленности с учетом динамики инерционных процессов в технике академической гребли [автореферат]. Киев: НУФВСУ; 1990. 24 с.

581. Таран РС. Розвиток інтуїтивного мислення кваліфікованих спортсменів у процесі їх підготовки до змагань [автореферат]. Киев: НУФВСУ; 2012. 19 с.

582. Тарасов ПВ. Подготовка студентов в области физической культуры на основе информационно-компьютерного обеспечения [диссертация]. Ставрополь: Ставропольский гос. ун-т; 2006. 171 с.

583. Татарских ИА, Петров ПК. Эффективность использования мультимедийной обучающей программы по спортивной аэробике в

формировании судейской компетентности студентов факультета физической культуры. Современные проблемы науки и образования [Интернет]. 2015 [цитировано 2017 Апр. 12];2-1. Доступно: <https://www.science-education.ru/ru/article/view?id=17152>

584. Тер-Ованесян АА, Тер-Ованесян ИА. Педагогика спорта. Киев: Здоров'я; 1986. 208 с.

585. Тер-Ованесян ИА. Подготовка легкоатлета: Современный взгляд. Москва: Терра-Спорт; 2001. 128 с.

586. Тимошенко ОВ. Теоретико-методичні засади оптимізації професійної підготовки вчителів фізичної культури у вищих навчальних закладах [дисертація]. Київ: Національний педагогічний університет ім. М. П. Драгоманова; 2009. 587 с.

587. Тимошенко ВВ, Богданов СН, Подашевский ИЯ, и др. Основные направления применения вычислительной техники в физической культуре и спорте. Теория и практика физической культуры. 1993;1:28-32.

588. Тимошенко ВВ. Исследование эффективности применения велотренажеров для совершенствования техники спортивного педалирования [автореферат]. Киев: УГУФВС; 1980. 24 с.

589. Тимошенко ВВ. Основы реализации потенциальных способностей спортсменов в циклических локомоциях с механическими преобразователями движений [дисертація]. Минск: Белг. агртехн. университет; 1997. 39 с.

590. Тимошик МС. Видавнича справа в Україні на сучасному етапі: тенденції, проблеми [Интернет]. 2014 [цитовано: 2017 Квіт. 18] Доступно: <http://journlib.univ.kiev.ua/index.php?act=article&article=345>

591. Тищенко В, Коваленко Ю, Лісенчук Г. Проблеми теоретичної підготовки в циклічних видах спорту (на прикладі плавання). Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2019;2:25-30. DOI:10.32652/tmfvs.2019.2.25-30.

592. Тищенко ВО. Теоретико-методологічні основи системи контролю тренувальної та змагальної діяльності команд високої кваліфікації з гандболу [автореферат]. Львів: Львів держ. ун-т фіз. культури. 2017. 39 с.

593. Ткаченко АП, редактор. Системи сучасних технологій: навч. посіб. Київ: Центр навчальної літератури; 2004. 352 с.

594. Томашук О, Хрипчук О. Сутність проблеми професійної підготовки майбутніх фахівців з адаптивного фізичного виховання до роботи в центрах інваспорту Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві 2012;2(18):88-90.

595. Томенко О, Круцевич Т. Концептуальна модель неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді. Спортивний вісник Придніпров'я. 2011;2:164–7.

596. Томенко О, Круцевич Т. Неспеціальна фізкультурна освіта учнівської молоді: теорія і методологія. Спортивна наука України [Інтернет]. 2012 [цитовано 2016 Вер. 11];1(45):18–23. Доступно: <http://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/snu/issue/archive>

597. Томенко ОА. Теоретико-методологічні основи неспеціальної фізкультурної освіти учнівської молоді [автореферат]. Київ: НУФВіСУ; 2012. 39 с.

598. Топчийн ВС, Никитушкин ВГ, Кучин ВА, Романин АН. Худадов НА. Легкая атлетика. Бег на короткие дистанции (100, 200, 400 м): Поурочная программа для детско-юношеских спортивных школ и специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. Москва: Сов. спорт; 1985. 161 с.

599. Травин ЮГ, Фруктов АЛ, Дешукас ББ, Окунев АП, Прокудин БФ и др Легкая атлетика. Подготовка спортсменов по бегу на выносливость и спортивной ходьбе: поурочная прог. для детско-юн. спорт. школ и спец. детско-юношеских школ олимп. резерва. Москва; 1986. 219 с.

600. Туяхова ВВ. Використання інноваційних технологій на уроках фізичної культури. [Інтернет]. 2015. [цитовано: 2017 Вер. 6]. Доступно: http://osvita.ua/school/lessons_summary/edu_technology/48360/.

601. Тышлер ГД. Теория и методика формирования техники и тактики передвижений спортсменов в соревновательном пространстве и технология совершенствования приемов в многолетней тренировке (на примере фехтования) [автореферат]. Москва: Рос. гос. ун-т физ. культуры. спорта и туризма; 2010. 46 с.

602. Уткин ВЛ. Биомеханические аспекты спортивной тактики. Москва: Физкультура и спорт; 1984. 128 с.

603. Уткин ВЛ. Измерения в спорте (введение в спортивную метрологию). Москва: ГЦОЛИФК; 1971. 199 с.

604. Федерація каное України [Інтернет]; 2016 [оновлено 2016 Чер. 10; цитовано 2016 Вер. 11]. Доступно: <http://ukraine-canoe.org/>

605. Федерація лижного спорту України [Інтернет]; 2012 [оновлено 2016 Лип 10; цитовано 2016 Жов. 5]. Доступно: <http://www.sfu.org.ua/divisions/cross-country>

606. Федерація плавання України [Інтернет]; 2016 [оновлено 2016 Вер. 22; цитовано 2016 Вер. 25]. Доступно: <https://usf.org.ua/>

607. Федик ОП. Психологічні особливості професійної підготовки студентів до майбутньої спортивно-педагогічної діяльності [дисертація]. Івано-Франківськ: Прикарпатський ун-т. ім. В. Стефаника; 1999, 186 с.

608. Федоренко Є. Теоретична підготовленість старшокласників, які навчаються в школах різних типів. Спортивний вісник придніпров'я. 2014;2:175-8.

609. Федоров АИ. Современные информационные технологии в системе высшего физкультурного образования. Теор. и практ. физ. культ. 2000;10:57-9.

610. Федотов АИ. Сетевой электронный портфолио в системе подготовки специалистов по физической культуре спорта и туризма. В: Олимпийский спорт и спорт для всех. Материалы XVIII Межд. науч. конгр. 2014; Алматы: КазАСТ; 2014. с. 345-349.

611. Филенко ЛВ. Мониторинг знаний студентов вузов спортивного профиля средствами компьютерных тестирующих программ. В: Олимпийский спорт и спорт для всех. Материалы XIV междунар. науч. конгр. посвященного 80-летию НУФВСУ. 2010; Киев: Олимп. Лит.; 2010, с. 565.

612. Филиппов М.М. Прогнозирование функциональных возможностей системы дыхания у спортсменов. В: Олимпийский спорт и спорт для всех. Тези доп. XIV междунар. науч. конгр.; 2010 Жов. 5–8; Киев: Олимп. лит.; 2010. с. 400.

613. Філенко ЛВ. Вплив інтелекту юних баскетболістів 12–14 років на технічну та тактичну підготовленість. В: Фізична культура, спорт та здоров'я ... Міжнар. наук.-практ. конф. 2015, Харків: ХДАФК; 2015, с. 287-9.

614. Філенко ЛВ. Використання інформаційних засобів навчання на уроках фізкультури. Здоров'я та фізична культура. 2007;32(92):1-4.

615. Філенко Л, Філенко І, Федоренко О. Інформаційні технології у фізичному вихованні при підготовці учнів та студентів віком 15-17 років. Молода спортивна наука України. 2017;21:80-1.

616. Філенко ЛВ, Басенко ОВ, Полторацька ГС, Федоренко КЄ. Комп'ютерні навчальні системи при підготовці студентів спеціальності «спортивний туризм». Основи спортивного туризму в рекреаційній діяльності. 2016;321-7.

617. Філенко ЛВ, Нестеренко МС. Інформаційне забезпечення тестування знань при підготовці фахівців з фізичної культури та спорту в умовах кредитно-модульної системи. Роль фізичної культури та спорту в становленні та зміцненні генофонду України. 2006;10-4.

618. Філенко ЛВ, Філенко ІЮ, Петренко ЮІ, Петренко ЮМ. Информационные технологии при подготовке студентов вузов физической культуры. В: Дугнист ПЯ, Воронцов ПГ, Романова ЕВ, редакторы. Здоровье человека, теория и методика физической культуры и спорта: материалы Международной научно-практической конференции. Барнаул: Изд-во Алт. ун-та, 2015. с. 159–67.

619. Філенко ЛВ. Інформатизація спортивного образования на примере использования компьютерных обучающих технологий. В: Матеріали XV Міжнар. наук.-практ. конф. 2015; Харків: ХДАФВ; 2015. с. 284-6.

620. Філенко ЛВ. Інформатизація навчального процесу вищих навчальних закладів фізичної культури з урахуванням когнітивних якостей студентів [автореферат]. Київ: НУФВСУ; 2007. 20 с.

621. Філенко ЛВ, Філенко ІЮ, Кіресєв ВС. Комп'ютеризація навчального процесу з фізичного виховання в середній школі (на прикладі баскетболу). Теорія та методика фізичного виховання. 2010;9:14-7.

622. Філімонова ТВ, Тарнавська СВ, Орищенко ІО та ін., упорядники. Березівська ЛД, редактор. Сучасні технології навчання: наук.-допом. бібліогр. покажч. НАПН України, ДНПБ України ім. В.О. Сухомлинського. Київ. 2015;2:8-15.

623. Флерчук ВВ. Визначення взаємозв'язку педагогічних тестів зі спортивним результатом у веслуванні на каное. В: Олімпійський спорт і спорт для всіх. Тези доп. міжнарод. наук. конгр., 2010 жов. 5–8; Київ: Олімп. літ.; 2010. с. 136.

624. Флерчук ВВ. Орієнтація спортсменів на різні змагальні дистанції на етапі спеціалізованої базової підготовки (на прикладі веслування на каное) [дисертація]. Львів: ЛДУФК; 2010. 202 с.

625. Фомін СК, Вінник ОО, Карленко ВП, Малезик ВФ, Єфанова ВВ, Нестеров ВМ, Смирнова ЗД, Назаров АМ. Лижні гонки: навч. прогр. для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та училищ олімпійського резерву. Київ, 2006. 112 с.

626. Фомін СК. Весловий спорт. Київ: Вища школа; 1971. 248 с.

627. Фурман Ю, Грузевич І. Удосконалення загальної фізичної підготовленості юних плавців шляхом застосування у навчально-тренувальному процесі методики ендогенно-гіпоксичного дихання. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2014;10:57–61.

628. Фурман ЮМ, Богуславська ВЮ. Вдосконалення функціональної та фізичної підготовленості веслувальниць на етапі попередньої базової підготовки фізичними навантаженнями аеробного та анаеробного спрямування. Спортивна медицина: наук. журнал. 2012;1:92-6.

629. Фурман ЮМ. Корекція аеробної та анаеробної лактатної продуктивності організму молоді біговими навантаженнями різного режиму [дисертація]. Київ: НУФВСУ; 2003. 295 с.

630. Харре Д, редактор. Учение о тренировке. Москва: Физкультура и спорт; 1971. 326 с.

631. Хіменес ХР. Удосконалення фізичної підготовки спортсменів на етапі попередньої базової підготовки (на матеріалі спортивного орієнтування) [автореферат]. Львів: Львів. держ. ун-т фіз. культури; 2014. 20 с.

632. Хмельницька ІВ, Денисова ЛВ, Харченко ЛА. Обґрунтування структури та змісту навчальної дисципліни „методи математичної статистики у фізичному вихованні та спорті” в системі підготовки фахівців освітнього напрямку „Фізична культура і спорт”. В: Сучасні біомеханічні та інформаційні технології у фізичному вихованні і спорті. Матеріали IV Всеукр. електрон. конф. 2016; Київ: Олімп. літ.; 2016, с. 121-3.

633. Хмельницька ІВ. Біомеханічний комп'ютерний аналіз спортивних рухів: метод. посіб. Київ: Наук. світ; 2000. 56 с.

634. Хмельницька ІВ. Програмне забезпечення біомеханічного відео комп'ютерного аналізу спортивних рухів. В: Олімпійський спорт і спорт для всіх. Матеріали XIV міжнар. наук. конгр. присвяченого до 80-десятиріччя НУФВСУ. 2010; Киев: Олімпійська література; 2010. с. 568.

635. Холодная МА. Психология интеллекта: Парадоксы исследования. 2-е изд., перераб. и доп.; Санкт-петербург: Питер; 2002. 272 с.

636. Хоменко І, Глазирін І. Стан сформованості фахово-термінологічної компетентності майбутніх учителів фізичної культури. Спортивний вісник Придніпров'я. 2011;2:204–6.

637. Хохлов ГГ. Швидкісно-силова підготовка кваліфікованих легкоатлетів-гонщиків у підготовчому періоді з урахуванням їх участі в змаганнях зі спринту [автореферат]. Харків: ХДАФК; 2003. 20 с.

638. Хрущев СВ, Поляков СД, Соболев АМ. Компьютерные технологии мониторинга физического здоровья школьников. Физкультура в профилактике, лечении и реабилитации. 2004;4(8):4-9.

639. Хуторской АВ. Педагогическая инноватика – рычаг образования. Центр дистанционного образования „Эйдос“ [Интернет]. 2011

[обновлено 2016 Май 22; цитировано 2016 Сен. 23]. Доступно: <http://eidos.ru/journal/2005/0910-19.htm>

640. Хуторской АВ. Педагогическая инноватика: методология, теория, практика: науч. изд. Москва: УНЦ ДО; 2005. 222 с.

641. Хуторской АВ. Педагогическая инновация: учебное пособие для студентов высших учебных заведений, обучающихся по педагогической специальности. Москва: Академия; 2008. 256 с.

642. Цибенко НВ, редактор. Менеджмент: електронний підручник. [Інтернет]. 2015 [цитовано 2018 Лис. 13]. Доступно: <http://192.162.132.48:555/elekt%20pidr/menedjment>

643. Цильмер КК. Исследование влияния скорости передвижения на технику лыжников-гонщиков различной квалификации [автореферат]. Тарту: Тартуский университет; 1975. 29 с.

644. Черкашин ВП. Индивидуализация тренировочного процесса юных спортсменов в скоростно-силовых видах легкой атлетики. Волгоград: ВГАФК; 2000. 239 с.

645. Черствий СМ, укладач. Системи технологій. Курс лекцій для студентів базової вищої освіти з аграрного менеджменту. Чернігів; 2003. 63 с.

646. Чичкан ОА. Фізична підготовка веслувальниць на байдарках на етапі попередньої базової підготовки [дисертація]. Львів: ЛДУФК; 2004. 345 с.

647. Чудна РВ. Обґрунтування структури та змісту навчальної дисципліни „Адаптивне фізичне виховання“ в системі вищої фізкультурної освіти [автореферат]. Київ: НУФВСУ; 2003. 21 с.

648. Шагин МН. Экспериментальное исследование техники лыжников-гонщиков высшей квалификации в зависимости от уровня силовой подготовленности [автореферат]. Москва: ГЦОЛИФК; 1972. 24 с.

649. Шамардін В. М. Технологія управління системою багаторічної підготовки футбольних команд вищої кваліфікації: автореф. дис. ... д-ра наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.01 / Шамардін Валерій Миколайович ; Львів. держ. ун-т фіз. культури. – Л., 2013. – 36 с.

650. Шахов АА, Балбеков ПА, Исаева ЕБ. Теоретическая подготовка дзюдоистов на базе спортивно-оздоровительного лагеря. Ученые записки ун-та им. П. Ф. Лесгафта. 2012;7(89):142–5.

651. Шевчук ЕН. Компьютерная программа „Анализ и моделирование соревновательной деятельности фехтовальщиков“ как средство и метод подготовки к соревнованиям. Вісник Черніг. держ. пед. ун-ту. 2009;69:311-5.

652. Шевчук ЕН. Современные тенденции организации технико-тактической подготовки квалифицированных фехтовальщиков. В: Єрмаков СС, редактор. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання та спорту. Наук. моногр. Харків; 2008;3, с. 139–43.

653. Шемшученко ЮС та ін., редактори. Специфікація. Юридична енциклопедія: у 6 т. ред. кол. Київ: Українська енциклопедія ім. М. П. Бажана; 2003. Том 5: П — С. 736 с.

654. Шемшученко ЮС та ін., редактори. Стандартизація. Юридична енциклопедія: у 6 т. Київ: Українська енциклопедія ім. М. П. Бажана, 2003; Том 5: П — С. 736 с.

655. Шестаков МП, Зубков ВМ. „АКСОН“ — интеллектуальная компьютерная система планирования физической подготовки легкоатлетов. Теория и практика физической культуры. 1994;8:35–8.

656. Шестерова ЛЕ, Ту Яньхао. Изменение уровня физической подготовленности квалифицированных бегунов на средние дистанции под влиянием тренировок в условиях среднегорья и высокогорья. В: Основи побудови тренувального процесу в циклічних видах спорту. 36. наук. пр. II Всеукр. наук.-практ. інтернет-конф. [Інтернет]. 2016 бер. 24-25; Харків: ХДАФК; 2016. [цитовано 2017 Лип. 27]; с. 85-8. Доступно: http://journals.urau.ua/cvs_konf/article/view/66440/0

657. Шинкарук О. Впровадження інноваційних технологій в навчальний процес вищих навчальних закладів: вітчизняний досвід. Фізична культура, спорт та здоров'я нації: збірник наукових праць. 2017;3:490-505.

658. Шинкарук ОА, Кропота РВ, Очеретько БЄ, Мазуренко ПВ, Довгодько ВІ, укладачі. Веслування академічне: навч. прогр. для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та спеціалізованих навчальних закладів спортивного профілю. Київ: НУФВСУ; 2011. 114 с.

659. Шинкарук ОА. Динаміка показників підготовленості спортсменів в річному циклі підготовки з урахуванням закономірностей становлення спортивної форми. Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. 2005;9:59–65.

660. Шинкарук ОА. Теорія і методика підготовки спортсменів: управління, контроль, відбір, моделювання та прогнозування в олімпійському спорті: навч. посіб. Київ: НВП Поліграфсервіс; 2013. 136 с.

661. Шинкарук ОА., Денисова ЛВ, Харченко ЛА, Герасименко СО, Голованова НЛ, Степаненко ОО. Навчання на основі інтернет-технологій (e-learning) в вищих закладах освіти фізичної культури і спорту: проблема реалізації. В: Молодь та олімпійський рух. Зб. тез доп. X Міжнар. наук. конф. [Інтернет]; 2017 трав. 24-25; Київ: Олімп. літ.; 2017 [цитовано 2017 Вер. 18]; с. 335-6. Доступно: http://www.unisport.edu.ua/sites/default/files/konferencya/nufzsu%20konferentsii/zbirnik_tez_2017_na_sajt.pdf

662. Ширшова ЕО. Исследование уровня информационной культуры студентов факультета физической культуры и спорта РГУ им. И Канта. Теория и практика физической культуры и спорта в современных условиях развития образования. 2005;64-5.

663. Шиян БМ, Палуша ВГ. Методика викладання спортивно-педагогічних дисциплін у вищих навчальних закладах фізичного виховання і спорту. Навчальний посібник для студентів факультетів фізичного виховання. Харків: ОВС; 2005. 206 с.

664. Шиян БМ. Підготовка вчителя фізичної культури третього тисячоліття. Концепція розвитку галузі фізичного виховання і спорту в Україні. 2001;2:371-4.

665. Шиян БМ. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан; 2001. Частина 1. 272с.

666. Шкретій ЮМ. Управління тренувальними і змагальними навантаженнями спортсменів високого класу: монографія. Київ: Олімпійська література; 2005. 234 с.

667. Шкретій ЮМ. Управління тренувальними і змагальними навантаженнями спортсменів високого класу в умовах інтенсифікації процесу підготовки [автореферат]. Київ: ДНДІФКіС; 2006. 48 с.

668. Цірам МС, Кравець РБ. Інтелектуальна інформаційна система формування індивідуальної програми занять з бодібілдингу. Вісник Національного університету „Львівська політехніка“. 2010;689:255–61.

669. Шулика ЮА, Коблев ЯК, Невзоров ВМ, Схаляхо ЮМ. Дзюдо. Система и борьба: учебник [Интернет]. 2006 [цитировано 2017 Май 3]. с. 120-1. Доступно: <https://www.booklot.ru/genre/domi-semya/sport/book/dzyudo-sistema-i-borba-uchebnik/content>

670. Шутєєв ВВ, Шутєєва ТМ, Подоляка ОБ. Використання інформаційних технологій в управлінні технічною підготовкою стрибунів з жердиною. Слобожанський науково-спортивний вісник. 2013;2:163-6.

671. Шутєєва ТМ. Визначення рівня технічної підготовленості в жіночому легкоатлетичному семиборстві. В: Основи побудови

тренувального процесу в циклічних видах спорту. Зб. наук. пр. III Всеукр. наук.-практ. інтернет-конф. [Інтернет]; 2016 Бер. 24-25; Харків: ХДАФК; 2016. [цитовано 2017 Лип. 29]; с. 66-9. Доступно: http://journals.urau.ua/cvs_konf/article/view/66440/0

672. Эпштейн АМ. Управление технической подготовленностью гребцов-академистов с использованием автоматизированного тренажерного комплекса. В: Программа и тезисы научной конференции по итогам работы НИИФК Санкт-Петербурга в 1994 году. Санкт-Петербург: НИИФК; 1994, с. 47-9.

673. Юрченко АА, Ревуцкий ИВ, Колтыго ВИ, Бакум АВ. Средства и методы технико-тактической подготовки квалифицированных фехтовальщиков. Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Серія 19: Кореційна педагогіка та спеціальна психологія. 2013;23:308-10.

674. Юсуфбекова НР. Общие основы педагогической инноватики: опыт разработки теории инновационных процессов в образовании: монография. Москва: ЦС ПО РСФСР; 1991. 91 с.

675. Юсуфбекова НР. Педагогическая инноватика: возникновение и становление. Вестник Московского городского педагогического университета. 2010;4:8-17.

676. Юсуфбекова НР. Тенденции и законы инновационных процессов в образовании. Новые исследования в педагогических науках. Москва: Педагогика. 1991;2:6-9.

677. Яковлев БП. Рішення задач психологічної підготовки кваліфікованих спортсменів велосипедистів (шосе) на основі контролю і корекції емоційної напруженості в умовах змагальної діяльності [автореферат]. Київ: УДУФВС; 1993. 21 с.

678. Яровенко ТС. Види інновацій в освіті та їх класифікація. Вісник Дніпропетровського університету. [Інтернет]; 2012 [цитовано 2016 Лип. 12]; Доступно: <http://vestnikdnu.com.ua/archive/201264/yarovenko.html>

679. Ярошик МЯ, Данилевич МВ. Технологічні інновації у підготовці студентів ВНЗ сфери фізичного виховання і спорту до педагогічної практики. Молода спортивна наука України: 2010;4(14):191-7.

680. Яхонтов ЕР. Высшая школа тренеров по баскетболу: учебное пособие. 4-е изд. Санкт-Петербург: Олимп; 2008. 134 с.

681. Ячнюк І, Ячнюк Ю. Теоретична підготовка студентів з предмету легка атлетика як один із компонентів теоретичної підготовки. В: Зорій ЯБ, редактор. Фізична культура і спорт: досвід та перспективи. Матеріал. Міжнар. наук.-практ. конф. 2017; Чернівці: ЧНУ ім. Ю Федьковича; 2017. с. 127-8.

682. Яшенко А, Тайболина Л, Михайлов А. Динамика функциональной подготовленности гребцов на байдарках и каноэ в процессе годичной тренировки. Наука в олимпийском спорте. 2003;1:63–6.
683. Ashanin V, Romanenko V. The use of computer technologies at an assessment of sensory-motor reactions in single combats. *Slobozhansk journal of science and sport*. 2015;5-7.
684. ATS/ERS Statement on Respiratory Muscle Testing. *Am. J. Respir. Crit. Care Med*. 2002;166(4):518–624.
685. Babb TG. Exercise ventilatory limitation: the role of expiratory flow limitation. *Exerc. Sport Sci. Rev*. 2013;41(1):11–8.
686. Bohuslavska V, Furman Yu, Pityn M, Galan Ya, Nakonechnyi I. Improvement of the physical preparedness of canoe oarsmen by applying different modes of training loads. *Journal of Physical Education and Sport (JPES)* [Internet]. 2017 [cited 2017 Nov. 17];17(2):797-803. Available from: DOI:10.7752/jpes.2017.02121
687. Bohuslavska V. Priority of theoretical preparation for cyclic sports (on the material of examination of sportsmans and trainers). *Studies in Sport Humanities*. 2017;21:29-36
688. Braisby N, Gellatly A. *Cognitive Psychology*. Publisher-Oxford University Press; 2012. 774 p.
689. Briskin Yu, Pityn M, Prystupa T, Skaliy T. Problem of information transfer in sportsmen theoretical training in XXI century. Stan, perspektywy I rozwoju ratownictwa, kultury fizycznej i sportu w XXI wieku. In: Napierala M, Skaliy A, red. *Problemy kultury fizycznej i sportu*. Bydgoszcz; 2015;2:55–67.
690. Briskin Yu, Pityn M, Zadorozhna O, Smyrnovskyy S, Semeryak Z. Technical devices of improvement the technical, tactical and theoretical training of fencers. *Journal of Physical Education and Sport*. 2014;3:337–41.
691. Briskin Yu, Pityn M, Zadorozhna O, Vaulin O. Theoretical preparation of fencers at the stage of previous basic development. *Journal of Sports Research*. 2015;2(1):18–23.
692. Brooks M. Developing swimmers. *Human Kinetics*; 2011. 240 p.
693. Cabrera D, Ruina A, Kleshnev V. Dimensional Model of Rowing Mimics Observer Forces and Motions. *Human movement science*. 2006; 192–220
694. Cheban Y, Chebykin O, Plokhikh V, Massanov A. Mental resources for the self-mobilization of rowing athletes *Journal of Physical Education and Sport (JPES)*. 2020;20(3):1580 – 9. DOI:10.7752/jpes.2020.03216
695. Dragnev YV. Information Environment is an Integral Element of Informational Space in the Process of Professional Development of FutureTeacher of Physical Culture. *European Researcher*. 2012;19(4):395–8.

696. Education UA. Організаційні уміння і навички: дефініції поняття. [Інтернет]. 2013 [оновлено 2017 Трав. 14; цитовано 2017 Трав. 23]. Доступно: <http://www.educationua.net/silovs-564-1.html>

697. Galan Ya. Implementation of olympic education in the process of preparing the specialists of physical education and sport. In: Trends and perspectives in physical culture and sports. The VI- th Edition internat. sci. conf. 2016 May 26-27; Suceava: University Ștefancel Marel; 2016; p. 220–5.

698. Gamali V, Potop V, Bondar A , Sahnykova S., Shynkaruk O., Shevchuk O., Ulan A. Improvement of the motor structure of the paddle technique of qualified female athletes in rowing Journal of Physical Education and Sport ® (JPES), Vol.20 (4), Art 263 pp. 1944-1949,2020. <https://efsupit.ro/images/stories/iunie2020/Art%20263.pdf>

699. Georgiadis K. The implementation of olympic education programs at world level. Procedia Social and Behavioral Sciences. 2012;3:5621–5.

700. Gert-Jan de Bruijn and Benjamin Gardner Active Commuting and Habit Strength: an Interactive and Discriminant Analyses Approach. American Journal of Health Promotion. [Internet]. 2011 [cited 2016 Dec. 10];25(3):27-36. Available from: <http://dx.doi.org/10.4278/ajhp.090521-QUAN-170>

701. Google Play. PumpUp — Fitness Community [Internet]. 2015; [update 2017 May 30; cited 2017 Jul. 8]. Available from: <https://play.google.com/store/apps/details?id=co.pumpup.app&hl=uk&showAllReviews=true>

702. Gorshova I, Bohuslavskaya V, Furman Yu, Galan Ya, Nakonechnyi I, Pityn M. Improvement of adolescents adaptation to the adverse meteorological situation by means of physical education. Journal of Physical Education and Sport (JPES). [Internet]. 2017 [cited 2017 Mar. 26];17(2):892-8. Available from: DOI:10.7752/jpes.2017.02136

703. Griffiths LA, McConnell AK. The influence of inspiratory and expiratory muscle training upon rowing performance. Eur. J. Appl. Physiol. 2007; 99(5):457–66.

704. Hutto Daniel D. Folk Psychological Narratives: The Sociocultural Basis of Understanding Reasons. MIT Press; 2008. 343 p.

705. Jirout, J, Klahr D. Children's scientific curiosity: In search of an operational definition of an elusive concept. Developmental Review. [Internet] 2012. [cited 2016 Dec. 10] Available from: http://www.psy.cmu.edu/~klahr/pdf/curiosity_dr_finalrev.pdf

706. Kashuba Vitaliy, Stepanenko OIha, Byshevets Nataliia, Kharchuk Olena, Savliuk Svitlana, Bukhovets Bozhena, Grygus Igor, Napierała Marek, Skaliy Tetiana, Hagner-Derengowska Magdalena, Zukow Walery The Formation of human movement and sports skills in processing sports-pedagogical and

biomedical data in masters of sports. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*. 2020; 8(5): 249-257. DOI: 10.13189/saj.2020.080513

707. Keller H, Schneider K, Henderson B, editors. *Curiosity and Exploration*. New York: Springer Publishing. 1994, 350 p.

708. Knudson DV, Morrison CS. *Qualitative analysis of human movement*. 2nd ed. Champaign: Human Kinetics; 2002. Vol. 12. 252 p.

709. Kostiukevych V, Lazarenko N, Vozniuk T Choice and experimental substantiation of tests for controlling physical and technical preparedness of hockey players *Journal of Physical Education and Sport (JPES)*. 2020;20(5): 2735 - 2744. DOI: 10.7752/jpes.2020.05372

710. Laursen PB, Shing CM., Peake JM et al Influence of high-intensity interval training on adaptations in well-trained cyclists. *J. trength Cond. Res*. 2005. 19(3):527.

711. Lulzim I. Discriminant analysis of morphologic and motor parameters of athlete and non-athlete girl pupils of primary school on age 14 to 15 years. RIK. [Internet]. 2012 [cited 2017 Feb. 22];40(2):185-190. Available from: <http://fsprm.mk/wp-content/uploads/2013/08/Pages-from-Spisanie-RIK-br.-2-2012-9.pdf>

712. Milić M, Milavić B, Grgantov Z. Relationsbetween sport involvement, selfesteem, sport motivation and types of computer usage in adolescents. In: Simović S, editor. *Anthropological Aspects of Sport, Physical Education and Recreation. Proceedings of 3rd International Scientific Congress*. 2011. November; Banja Luka: University of Banja Luka, Faculty of Physical Education and Sport; 2011.

713. Mishchenko V, Shynkaruk O, Suchanowski A, Lysenko O, Tomiak T, Diachenko A, Korol A. Individualities of cardiorespiratory responsiveness to shifts in respiratory homeostasis and physical exercise in homogeneous groups of high performance athletes. *Baltic Journal of Health and Physical Activity*. 2010;2(1):13-29.

714. Mishchenko V, Suchanowski A. *Athletes endurance and fatigue characteristics related to adaptability of specific cardiorespiratory reactivity*. Gdansk: AWFis; 2010. 121 p.

715. Naul R, Binder D, Rychtecký A, Culpan I. *Olympic Education. An international review*. Routledge; 2017. 361 p.

716. Nike news. What is NikeFuel? [Internet]. 2014; [update 2014 Aug. 31; cited 2017 May 18]. Availabte from: <https://news.nike.com/news/what-is-nikefuel>

717. Nolte V. *Rowing Faster*. 1st ed. Human Kinetics; 2011. 366 p.

718. Palmer R. *The Complete Rowing Machine Workout Program*. Front Runner Publications; 2012. 47 p.

719. Payton CJ, Bartlett RM, editors. Biomechanical evaluation of movement in sport and exercise. British association of sport and exercise sciences guidelines. London; New York: Routledge Taylor & Francis Group; 2008. 218 p.
720. Pityn M, Bohuslavska V, Khimenes Kh, Neroda N, Edeliiev O. Paradigm of theoretical preparation in sports. Journal of Physical Education and Sport (JPES), 2019;19(6):2246-51.
721. Pityn M, Briskin Yu, Zadorozhna O. Features of theoretical training in combative sports. Journal of Physical Education and Sport. 2013;13 (2):195-8.
722. Pityn M, Briskin Yu, Zadorozhna O. Theoretical training in fencing: state and prospects of researches. Фізична активність, здоров'я та спорт. 2012;3(9):23-8.
723. Psimopoulos C. Olympism, Olympic education and learning legacies. Sport in Society. 2016;2:289-291.
724. Rochat Ph. Five levels of self-awareness as they unfold early in life. Consciousness and Cognition. 2003;12(4):717-731.
725. Said EA, Hassan, Klaufck J. Kinematics of lower and upper extremity motions during the fencing lunge: results and training implications. ISBS. [Internet] 2008. [cited 2016 Aug. 26];170-173. Available from: <http://w4.ub.uni-konstanz.de/cpa/article/viewFile/965/879>
726. Salomon J. What is Technology? The Issue of its origins and definitions. History of technology. 1984;1:113-56.
727. Shynkaruk O., Lysenko E., Fedorchuk S. Assessment of psychophysiological characteristics of the representatives of cyclic sports// European Psychiatry, 2019, Vol. 56 (Supplement April 2019), S 679-680. ISSN: 0924-9338 eISSN: 1778-3585 PSYCHIATRY SSCI Q2 науко-метр. Source Normalized Impact per Paper (SNIP): 1.195, 2017 Impact Factor: 4.129 https://epa-congress.org/2019/abstracts/abstract-book-2019#.XKknkuthS_ct
728. Sternberg RJ., Mio J, Mio JS. Cognitive Psychology. Publisher-Cengage Learning; 2009. 657 p.
729. Sweetenham B, Atkinson J. Championship swim training. Human Kinetics; 2011. 240 p.
730. Technology. Encyclopædia Britannica. Encyclopædia Britannica Online. Encyclopædia Britannica Inc., [update 2016 Dec. 12; cited 2016 Dec. 21]. Available from: <https://www.britannica.com/topic/technology>
731. Thagard P. Mind: Introduction to Cognitive Science: 2nd ed. Cambridge, MA: The MIT Press; 2005, 728 p.
732. Torrents C, Balagué N. Dynamic systems theory and sports training. Education. Physical Training. Sport [Internet]. 2006 [cited 2016 Dec. 15];13.

<http://www.xlathlete.com/xl/events/dynamic%20and%20sports%20training.pdf>

733. Wengrowicz N. Teachers' pedagogical change mechanism. Pattern of structural relations between teachers' pedagogical characteristics and teachers' perceptions of transactional distance (TID) in different teaching environments. *Computers & Education*. 2014;76:190–8.

734. Wood TM, Zhu W. Measurement theory and practice in kinesiology. Champaign: Human Kinetics, 2006; Vol. 12. 428 p.

735. Zasada M, Mishchenko W, Sawczyn S, Lysenko O, Vinogradov W, Tomiak T. Cardiorespiratory responsiveness throughout continuous strenuous physical exercise and its individualities in endurance athletes. *Medical and Biological Sciences*. 2011;25(4):55–64.

736. Zhelezovskaya GI, Abramova NV. Innovation and their role in the training of future professionals. 2nd International Scientific Conference European Applied Sciences: modern approaches in scientific researches. 2013 Feb. 18–19; Stuttgart: ORT Publishing; 2013, p. 3–5.

737. Zuss M. The Practice of Theoretical Curiosity. New York: Springer Publishing; 2012, 225 p.

Наукове видання

БОГУСЛАВСЬКА Вікторія Юріївна,

БРИСКІН Юрій Аркадійович,

ПІТИН Мар'ян Петрович

**ТЕОРЕТИЧНА ПІДГОТОВКА СПОРТСМЕНІВ
У ЦИКЛІЧНИХ ВИДАХ СПОРТУ**

Монографія

Редактор

Віра ДРАБОВСЬКА

Верстка

Альона МАРТИНЮК

Підписано до друку 01.05.2021р. Формат 64х90/16
Гарнітура «Times New Roman» Друк цифровий
Папір офсетний. Ум. друк. арк 17,21 Обл.вид.арк. 10,21
Наклад 300прим. Зам. № 229



**Львівський державний університет фізичної культури
імені Івана Боберського**

Редакційно-видавничий відділ
79007, м. Львів, вул. Костюшка, 11
тел +38 (032) 261-59-90
<http://www.ldufk.edu.ua/>
e-mail: redaktor@ldufk.edu.ua

Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи
до Державного реєстру видавців, виготівників
та книгорозповсюджувачів видавничої продукції
ДК № 6963 від 5.11.2019 р.

Друк ПП «Арал»
Свідоцтво:серія А01 №201230 від 18.06.2007р.
Державна реєстрація 9.09.1998р.

79026м.Львів, вул. Козельницька,4



БОГУСЛАВСЬКА Вікторія Юріївна

Доктор наук з фізичного виховання і спорту, доцент, доцент кафедри теорії і методики спорту Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського, майстер спорту України з веслування на байдарках і каное.



БРИСКІН Юрій Аркадійович

Доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, Заслужений діяч науки і техніки України, Майстер спорту СРСР з фехтування. Завідувач кафедри теорії спорту та фізичної культури Львівського державного університету фізичної культури імені Івана Боберського



ПІТИН Мар'ян Петрович

Доктор наук з фізичного виховання і спорту, професор, професор кафедри теорії спорту та фізичної культури Львівського державного університету фізичної культури імені Івана Боберського

