



**НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ И СПОРТА
УКРАИНЫ**

*Кафедра истории и теории олимпийского
спорта*

**Общие основы и актуальные проблемы
подготовки спортсменов**

Киев-2017

План лекции:

- 1. Теория спорта, направления развития.**
- 2. Функции теории спорта.**
- 3. Основной понятийный аппарат общей теории подготовки спортсменов в олимпийском спорте.**

Литература:

1. Матвеев Л.П. Общая теория спорта и ее прикладные аспекты: учеб. для вузов физ. культуры / Л.П. Матвеев. – [5-е изд.]. – Сов. спорт, 2010. – 340 с.
2. Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения: учебник в 2 кн. / В.Н. Платонов. – К.: Олимп. лит., 2015. – в 2-х т.
3. Платонов В.Н. Периодизация спортивной тренировки. Общая теория и ее практическое применение. – К.: Олимпийская литература, 2013. – 624 с.

A wide-angle, high-angle shot of a large, empty stadium. The seating bowl is filled with rows of seats in various colors, including red, yellow, and blue. The stadium is surrounded by a running track. The sky is bright and overcast. The text "1. Теория спорта, направления развития." is overlaid in the center of the image.

1. Теория спорта, направления развития.

Направления развития теории спорта:

Теория профессионального спорта

теория массового
(общеобразовательного,
рекреационно-оздоровительного
и реабилитационного) спорта

Теория олимпийского спорта

Общая теория олимпийского спорта

Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте (ОТПС)

A wide-angle, high-angle shot of a large, empty stadium. The seating is arranged in a semi-circle, with rows of red, yellow, and blue seats. The stadium floor is a light blue running track. The roof of the stadium is visible at the top, with a complex structure of white and grey panels. The overall atmosphere is bright and clean.

2. Функции теории спорта.

Функции теории спорта:

1. Описательная функция

(предусматривает языковую обработку и отображение фактического материала с помощью языка и специальных средств – схем, графиков, диаграмм и т.д.)

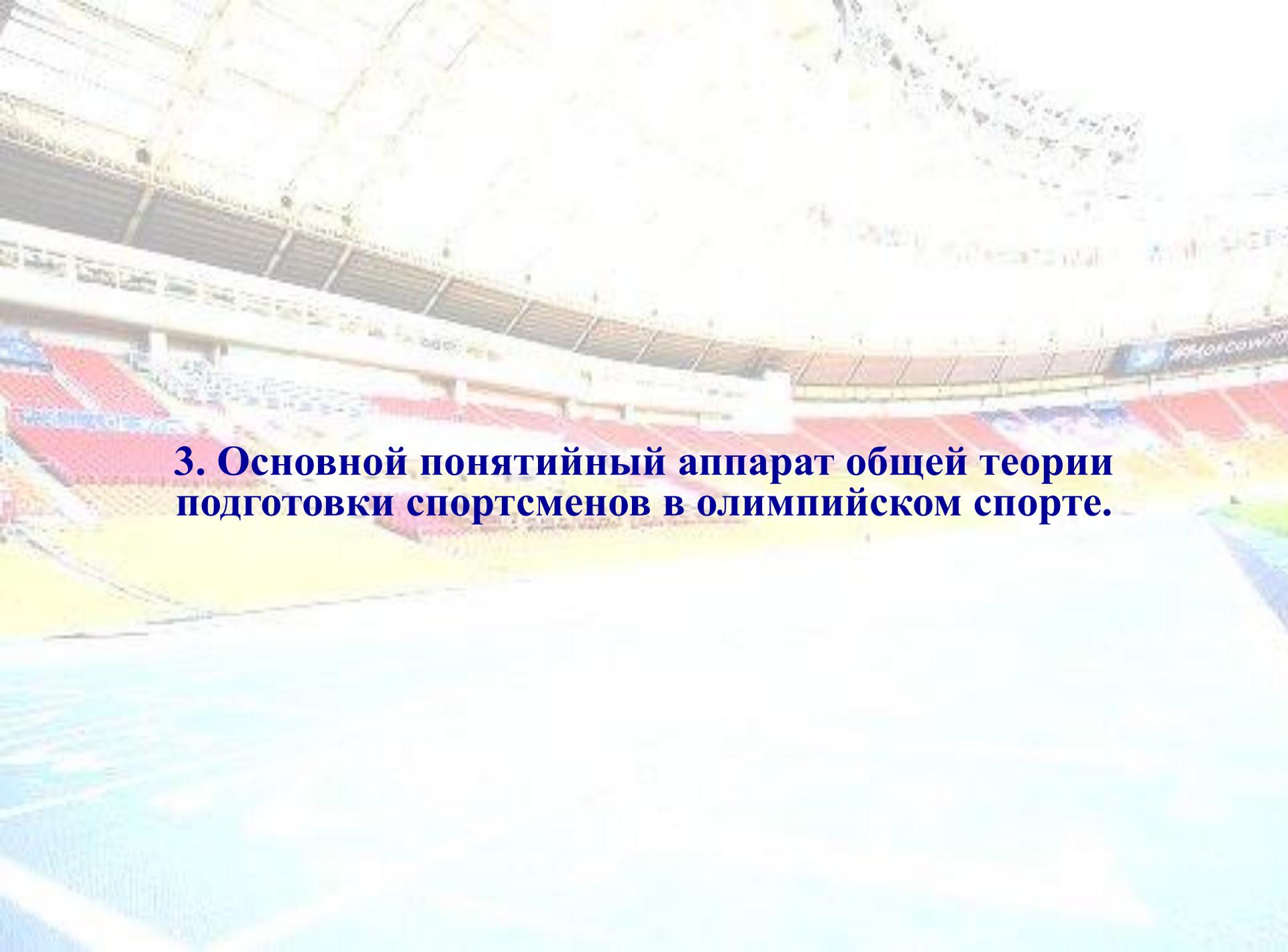
2. Объяснительная функция (раскрытие существенных сторон предметов и явлений в рассматриваемой области знаний).

3. Систематизирующая функция (упорядочивание значительного числа различных фактов, обобщение эмпирически установленных закономерностей, подтверждение или отвержение гипотез и др.).

4. Предсказательная функция (раскрытие тенденций развития ОТПС, выявление наиболее перспективных направлений научных исследований, определение путей реализации накопленных знаний в практике и др.).

5. Практическая функция (ОТПС является основой практической работы специалистов в области спорта).

6. Методологическая функция (все понятия, закономерности, принципы, идеи, гипотезы и другие элементы ОТПС служат основой для её дальнейшей разработки, углубления и расширения знаний).

A wide-angle, high-angle shot of a large, empty stadium. The foreground shows a multi-lane running track with blue and green lanes. The middle ground is filled with rows of red and yellow stadium seats. The background shows the upper tiers of the stadium, mostly empty, under a bright, overcast sky. The overall atmosphere is quiet and spacious.

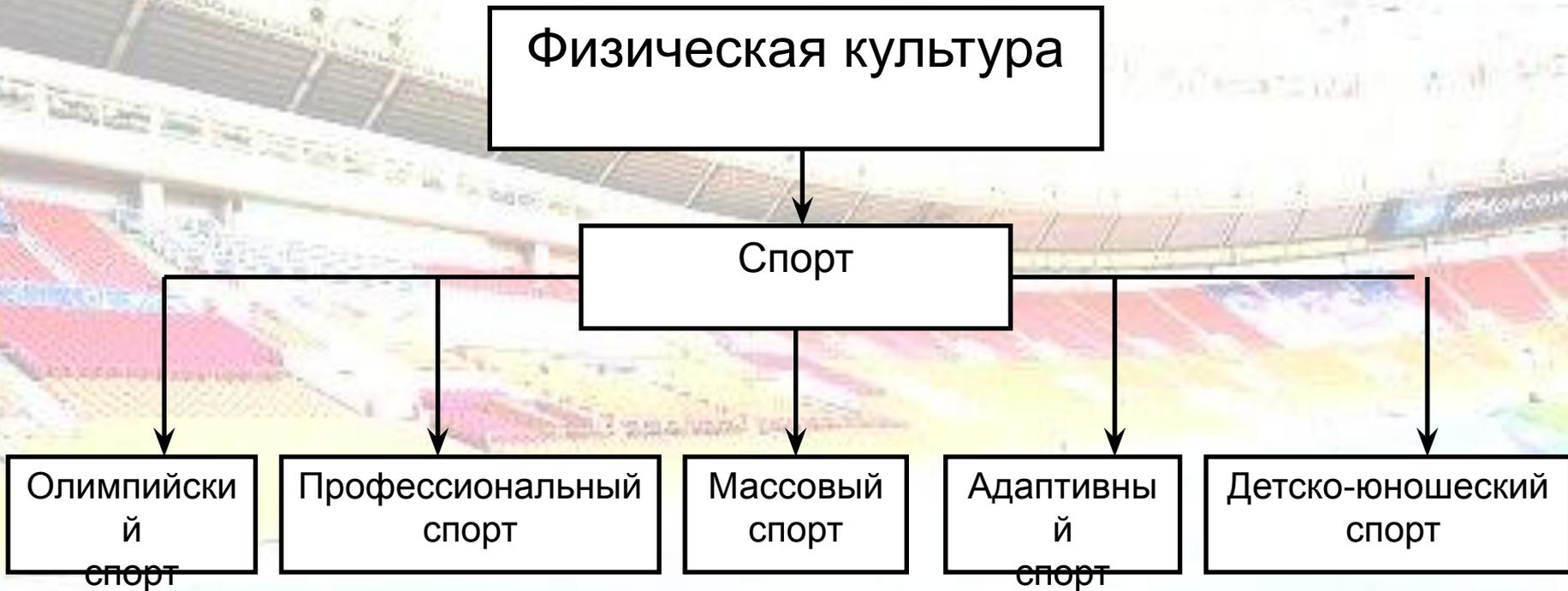
3. Основной понятийный аппарат общей теории подготовки спортсменов в олимпийском спорте.

Теория спорта как система знаний выражается, прежде всего, в системе основных понятий (категорий). **Понятия** – это не только отражение определённых объектов языковыми средствами, но и существенные составные части определённой теории

В теории спорта выделяют три группы основных понятий (категорий):

1. исходные понятия (в качестве базовых следует выделять **спорт** и **спортивные соревнования**);
2. функциональные понятия (в качестве базовых – **спортивная подготовка** и **спортивная тренировка**);
3. итоговые понятия (к базовым относятся **спортивные достижения**, **спортивные результаты**, **спортивная квалификация**)

Дифференциация направлений в сфере спорта



Исходные понятия теории спорта:

- **Спорт** – многогранное общественное явление, характеризуется соревновательной, воспитательной и игровой деятельностью, основанной на применении физических упражнений и имеющей социально значимые результаты.
- **Олимпийский спорт (Спорт высших достижений)** культурное наследие Древнегреческой и западноевропейской цивилизации. Основан на идее олимпизма, ориентирован на абсолютные спортивные результаты и неуклонное повышение их уровня.
- **Профессиональный спорт** – разновидность предпринимательской деятельности спортсменов-профессионалов и спортивных функционеров, целью которой является производство спортивного зрелища, приобретающего форму товара.

- **Массовый спорт (спорт для всех)** – массовое физкультурное движение, охватывающее различные формы двигательной активности и имеющее в некоторых видах спортивную направленность, способствует гармоничному развитию личности, самоутверждению, укреплению здоровья и профилактике заболеваний, рациональной организации досуга.
- **Детско-юношеский спорт** – ориентирован на повышение общей физической и функциональной подготовленности детей и подростков для учебной и будущей профессионально-трудовой деятельности, а также на подготовку спортсменов высокой квалификации на начальных этапах (до 14-18-летнего возраста) в многолетнем цикле.
- **Спорт для инвалидов (Адаптивный спорт)** – деятельность по развитию спорта среди инвалидов основанная на принципах приоритетности, массовости и доступности занятий спортом, направленная на достижение социально-психологической адаптации инвалидов, повышения уровня их физического состояния.

Функциональные понятия теории спорта:

- ▶ **Спортивная подготовка** – многофакторный процесс, охватывающий тренировку спортсменов, подготовку спортсменов к соревнованиям и участие в них, организацию тренировочного процесса и соревнований, научно-методическое и материально-техническое обеспечение тренировки и соревнований.
- ▶ **Система подготовки спортсменов** – совокупность знаний, принципов, методов, а также сама практическая деятельность по организации и управлению процессом воспитания спортсменов, способных добиться результатов, характерных для современного олимпийского спорта. *Структурными единицами этого понятия есть система подготовки спортсменов в группах видов спорта (скоростно-силовые, сложнокоординационные, циклические, единоборства, игры, многоборья) или отдельных видах спорта.*
- ▶ **Школа спорта** – единая система подготовки спортсменов, основанная на существовании творческого направления (доктрины), развиваемого группой специалистов. *О наличии школы спорта свидетельствует группа высококвалифицированных тренеров, спортивные учреждения, высокие спортивные достижения, их научная обоснованность. Структурными единицами понятия являются: школа спорта в отдельных странах, школа спорта в отдельных видах спорта (например, кубинская школа бокса, североамериканская хоккейная школа, русская школа фигурного катания на коньках и т.д.).*

▶ **Спортивная тренировка** – составная часть спортивной подготовки, представляет собой специализированный процесс, основанный на использовании физических упражнений с целью развития и совершенствования качеств и способностей, обуславливающих готовность спортсмена к достижению наивысших показателей в избранном виде спорта или его конкретной дисциплине. В результате тренировки в организме спортсмена происходят морфологические и функциональные изменения, которые и определяют **состояние тренированности** спортсмена.

▶ **Общая тренированность** – следствие влияния неспецифических упражнений, укрепляющих здоровье, улучшающих физические качества и повышающих функциональные возможности организма применительно к различным видам мышечной деятельности. **Специальная тренированность** – следствие совершенствования конкретного вида мышечной деятельности, избранного в качестве предмета спортивной специализации.

▶ **Подготовленность** отражает весь комплекс возможностей спортсмена и проявление максимальных возможностей в соревновательной деятельности. Таким образом, подготовленность, наряду с тренированностью, охватывает и другие составляющие спортивного мастерства: теоретические знания, психологическую установку на демонстрацию максимального результата, технико-тактический потенциал и др.

АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ В СОВРЕМЕННОМ СПОРТЕ

- 1. Учет особенностей современной системы подготовки спортсменов высшей квалификации.*
- 2. Чрезмерные нагрузки в спорте высших достижений.*
- 3. Объемы тренировочной работы при подготовке к соревнованиям и проблема полноценного отдыха и питания.*
- 4. Перегрузка соревновательной деятельностью на этапах многолетней подготовки.*



Спасибо за внимание !