Лекционный материал по дисциплине «Моделирование тренировочного процесса высококвалифицированных спортсменов»

 Модуль1. Общие основы дисциплины

Лекция 1. «Введение в предмет»

 Основные задачи курса: .

Цель: Ознакомить докторантов с основными задачами курса «Моделирование тренировочного процесса высококвалифицированных спортсменов».

План лекции:

1.Предмет «Основы научно-исследовательской работы в ИВС».

2.Формы и содержание НИРС в вузе для докторантов специальности «Физкультура и спорт».

Введение. На современном этапе развития высшего образования усилились требования к научной подготовке будущих специалистов. В связи с этим в

Государственном образовательном стандарте для специальности «Физическая культура и спорт введена дисциплина «Основы научно-исследовательской работы в физической культуре и спорте».

Выпускник вуза должен: 1) Иметь представление об интеграционных процессах «Наука –производство», «Наука – образование»;

2)Знать методы организации и проведения научно-исследовательской работы, основы методической деятельности в сфере физической культуры и спорта;

3)Уметь организовать и проводить НИР и методическую работу по проблемам физического воспитания, спортивной тренировки, оздоровитель-

ной и адаптивной физической культуры.

 Наука-это специфическая деятельность людей, направленная на получение

при помощи исследования новых знаний (факторов, закономерностей, зако-

нов) и призваны объяснить с их помощью все происходящее в окружающей действительности.

Спортивная наука имеет давнюю традицию и хорошую школу.

Курс «Моделирование тренировочного процесса высококвалифицированных спортсменов» включает:

1.Сведения о формах и содержании НИР в вузе для докторантов;

2.Раскрывает основные направления и виды научных исследований;

3.Рассматривает вопросы особенности методологического аппарата исследования;

4.Специфика проведения исследования в практике физической культуры и спорта;

5.Освещены методы математической обработки материалов;

6.Представлены виды научной, методической продукции, структура их подготовки и литературно-графическое оформление;

7. Представлены основные критерии оценки результатов научной и методической деятельности; внедрения в практику;

Цель данного курса-раскрыть теоретические и методические основы ведения

НИР в физической культуре и спорте, научить организовать и проводить эксперимент, пользоваться методами математического анализа, научить оформлять работу.

 Модуль2.

 Лекция2. Формы и содержание НИРС в вузе:

НИР в области физической культуры и спорта способствует совершенствованию повышения эффективности физкультурно- оздоровительной и спортивной работы в стране, с целью укрепления здоровья населения и в поиске средств и методов подготовки высококвалифицированных спортсменов, которое зависит прежде всего от знаний, умений, моральных качеств специалистов.

НИР – это комплексное, целенаправленное ,методически обоснованная система.

Задачи НИР: 1. Углубленное творческое освоение учебного материала;

2.Привитие навыков самостоятельного проведения научных исследований;

3.Выработка творческого подхода к решению задач;

4.Обучение навыкам работы в научных коллективах;

5.Успешное решение актуальных проблем;

6.Практическое применение полученных знаний в области физической культуры и спорта.

 НИР среди докторантов имеет 2 формы:

1.НИР в учебном процессе;

2.НИР во вне учебное время.

НИР в учебном процессе:

Модуль3.

Лекция 3.Разработка диссертационных работ.

Диссертационная работа – научные исследования направленные на переход от простых методов исследования к более сложным и в дальнейшем при углубленном исследовании переходит в диссертационную работу.

Диссертационная работа-самостоятельная научная разработка, включающая все знания.

Основная цель их-в повышении уровня специальной теоретической подготовки докторантов.

3 Основные группы проблем в физической культуре и спорте:

1.Теория и методика спорта и спортивной подготовки;

2.Теория и методика оздоровительной и адаптивной физической культуры;

3.Общие основы теории и методики физической культуры и спорта.

 Модуль4.

 Лекция 4. Основы теории и методики моделирования тренировочного процесса:

1.Матвеев Л.П. «Теория и методика физической культуры».-Учебник. М.,Физкультура и спорт. 1991г.

В учебнике изложено основное теоретико-методическое содержание предмета «Теория и методика ф.к. и спорта».

2.Холодов Ж.К.,Кузнецов В.С. «Теория и методика физического воспитания и спорта:Учебное пособие для студ.вузов.-2-е издан.,М., Академия,2001.-480с.

В пособии раскрывается сущность физической культуры и спорта.

3.Молчанов С.В. «Триединство физической культуры(историко –теоретический анализ социально-политической системы).Минск,Полымя,

1991,-140с.

Представлена динамика развития ф.к. и спорта начиная с первобытно-

общинного строя.

4.Пономарев Н.И. Физическая культура как элемент культуры общества и человека. А.,Мерей,1996,-380с.

Описана общая проблема ф.к. и спорта в условиях новых экономических отношений.

5.Столяров В.И. «Методологические принципы определения понятий в процессе научных исследований физической культуры и спорта. Учебное пособие, ГЦОЛИФК, 1984,-98с.

Лекция 5.Методологические проблемы введения оценки и унификации понятий, использования в сфере ф.к. и спорта.

6.Николаев Ю.М. О культуре физической, ее теории в системе физкультурной деятельности.//Теория и методика физич.культуры.1991,№6, с.2-10.

Дано раскрытие гармонии физического и духовного единства ценностей ф.к. для совершенствования человека.

 В концепции моделирования тренировочного процесса и условий ее функционирования в обществе представлены основополагающие идеи и направления ф.к. и спорта.

1.Карпушко Н.А.,Приходько В.В.,Лубышева Л.И. Возвращаясь к наследию:

Физкультурное образование,физкультурная деятельность,школьная физическая культура в аспекте методологического анализа «Теория и практика физической культуры».-1993,№9-10,-с.2-7.

2.Бондаревский Е.Я.,Кадетова А.В. О школьных программах в физической культуре. //Физкультура в школе,1987,-с.32-35.

3.Бавина Л.В. Физическое воспитание в элементарной школе США.Автореферат дис.канд. М., 1987,-20с.

 Лекция6.Средства и методы моделирования тренировочного процесса .

В этом направлении полезно ознакомиться со следующей литературой:

1.Фомин Н.А., Вавилов Ю.Н. Физиологические основы двигательной активности. М.,//Физк. и спорт,1991,-224с.

Представлены нормы двигательной активности, даны рекомендации по ее оптимизации.

2.Деркач А.А., Исаев А.А. Педагогика и психология деятельности организато-

Ра детского спорта: учебное пособие для пед. институтов специализация «Физическое воспитание».М.://Физкультура и спорт,!((%.

Представлены особенности изучения личности юного спортсмена детского коллектива.

3.Марщук В.Л.,Серова Л.К. Иформационные аспекты управления спортсменом.М. ,Физкультура и спорт, 1983,-111с.

Научно обоснованы целесообразность управления спортсменом тренировочных занятий в процессе соревнований, даются советы организационного управления и саморегуляции эмоционального состояния.

 Модуль5.

 Лекция 7.Дидактические основы теории и методики физической культуры и спорта .

Внедрение в теорию и методику физической культуры и спорта компьютеризации и расширенного использования технического средства обучения.

1.Боген М.М. Обучение двигательным действиям.-М.://Физкультура и спорт,

1985,-192с.

Раскрыт механизм последовательного обучения двигательным действиям.

2.Киршев С.П. Компьютерные технологии обучения двигательным действиям,упражнения на уроке физич.культуры.//Теория и практика физической культуры.-1993.№5-6,-с.38-40.

 Создание технологий с использованием учебных компьютерных сред по предмету «Физическая культура» позволит ученику самостоятельно исследовать структуру того или иного упражнения, опробовать на экране дисплея варианты его выполнения, координируют свои действия.

3. Лагутин А.Н.,Уткин В.Л. Техничекие средства обучения: Учебное пособие для институтов физкультуры.-М. :Физкультура и спорт,1990.-80с.

 Пособие содержит теоретические основы применения технических средств в учебном процессе, в нем даются сведения об оптических и оптико-электронных средствах контроля движений, представлены данные о

способах передачи информации о движениях и процесс формирования двигательных навыков.

 Лекция8. Теория и методика развития физических качеств и сопряженных сними способностей.

 Современные тенденции в методике развития силовых, координацион-

ных способностей , выносливости и других физических способностей. Новые подходы к проблематике диагностики направления воздействия на их развитие.

 В этих направлениях фундаментальными исследованиями можно считать следующее:

1.Зациорский В.М. Физические качества спортсмена (основы теории и методики воспитания).-М.: Физк. и спорт, 1970,-196с.

Всесторонне раскрыты теоретико-методические основы развития физических качеств.

2.Гужаловский А.А. Проблема «критических периодов онтогенеза в ее значении для теории и практики физического воспитания.//В кн.: Очерки

По теории физкультуры: Труды ученых социалистических стран.//Сост. и общ. редакция Матвеев Л.П.-М.:Физкульт. и спорт,1984.-с.211-224.

 Экспериментальные исследования, отличающиеся неодинаковыми темпами развития.

3.Волков Л.В. Физические способности детей и подростков.-Минск: Полымя,

1986.-241с.

 Рассмотрена система направленного развития физических способностей учащихся в различные возрастные периоды.

 Формы построения тренировочного процесса.

1.Хан А.Н. «Теория построения урока физической культуры».-Саратов, 1997г.

Дана характеристика построения урока физической культуры.

2.Кикалашвили С.Г. Эффективность разных форм физкультурно-оздоровительной работы с младшими школьниками. Автореф. дис.канд. Тбилиси,1991,-22с.

Представлены результаты по выявлению рационального сочетания эффективных форм работы, обеспечивающих увеличение двигательной активности младших школьников.

 Лекция 9.Планирование, комплексный контроль в физической культуре и спорте.

1.Васильков Г.А. Планирование учебного процесса и методический багаж для его реализации и.//Физкульт. в школе. -1990.-№8.с.11-15.

Помимо двух основных рабочих планов(годового плана уч. Программы и планов уроков)учитель должен иметь ряд вспомогательных материалов(сетка часов, годовые планы –графики, обучающие программы по основным упражнениям школьной программы):

1.Арзуманов С.Г. Для школ южных районов, планирование содержания учебной программы.//Физкульт. в школе.-1986. №7.-с.19-23.

 На основе учета климатических условий Узбекистана предложены два варианта планирования учебного материала, Один из которых удобен для школ, имеющих спортзалы, а другой, где нет таких условий.

2.В.В.Иванов. Комплексный контроль в подготовке спортсменов, организаци-

онно-методические и практические вопросы комплексного контроля в процессе тренировочной и соревновательной деятельности.-М.,1990г.

Формирование профессионализма в сфере физической культуры.

1.Шубарт Е.Ю. Формирование у будущих учителей физической культуры готовности к профессиональному самообразованию .Автореф. дис.кад.-Алматы,1994,-23с.

Разработана методика поэтапного формирования готовности профессионального самообразования.

 Лекция10. Физическое воспитание учащейся молодежи.

1.Турускельдина М.Т. Развитие физического воспитания шестилетних детей в Казахстане.Автореф.дис.канд.-Алматы,1991,-23с.

Выделены этапы физического воспитания шестилетних детей и дано их

научное обоснование.

 Физическое воспитание школьников:

1.Настольная книга учителя физической культуры./Под ред. Л.Б.Кофмана,

Автор-сост. Погадаев Г.И.-М.:Физкульт.и спорт,1998.-496с.

Представлены характерные черты организации учебного процесса на уроках физической культуры; основные нормативные документы, оформление отчетной документации.

2.Антонюк С.Д. Влияние дифференцированных режимов двигательной активности на физическую подготовку и физическое развитие подростков обучающихся в школах различного типа.Автореф.дис.кад.-М.:1991,-23с.

Наиболее эффективным оказался режим с комплексным действием на развитие двигательных качеств детей , что в первую очередь отразилось на качественные изменения уровня развития большинства физических качеств детей.

3.Биданов Ж.Б. Педагогические основы физического воспитания школьников

во внеурочное время.-Алматы.1992,-158с.

Наряду с другими формами и средствами физического воспитания рекомендуется «казахская тропа здоровья».

 Лекция 11.Основные направления использования факторов физической культуры и спорта.

Совершенствование вузовского курса физического воспитания профессионально-прикладная физическая подготовка.

1.Иванов Г.Д. Физическое воспитание.//Учебное пособие для преподавате-

лей физвоспитания.-Алматы:РИК,1995.-207с.

Представлены результаты исследования проблемы активизации учебно-воспитательной деятельности студентов в процессе физического воспитания.

2.Массовая физическая культура в вузе.//Учебное пособие /Под ред.Маслякова В.А. –М.:Высш.шк.,1991,-240с.

Излагаются организационные и методические основы массовой ,оздоровительной, физкультурной и спортивной работы в условиях учебного процесса, во внеучебное время и в период каникулярного отдыха.

3.Полиевский С.А. Старцева И.Д. Физкультура и профессия.-Физкультура и спорт,1998,-144с.

О роли физической культуры в повышении эффективной профессиональной деятельности.

 Лекция12.Теория и методика моделирования соревновательной деятельности:

1.Теория и методика спорта и спортивной подготовки:

1.Теория и методика спорта//Учебное пособие для колледжа Олимпийского резерва//Под ред.Суслова Ф.П.-М.,1997,-416с.

В пособии отражены 6 разделов данной проблемы.

2.Платонов В.Н. Подготовка квалификационных спортсменов.-М.:Физкультура и спорт,1986.-286с.

Дана общая характеристика и анализ направлений совершенствования системы подготовки спортсменов.

3.Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов.-М.:Физкульт. и спорт,1988,-331ёс.

4.Бриль М.С. Отбор в спортивных играх.- М.:Физкультура и спорт,1988,-331с.

Рассматриваются научно-методические основы физической подготовки

в общей системе тренировок.

 Лекция13.Теория и методика моделирования оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Соотношение общей и специально-оздоровительной направленности физической культуры ,факторы физической культуры в аспекте их оздоровительной ценности.

1.Агаджанян Н.А., Катков А.Ю. Резервы нашего организма.-3-е изд.-М.:Знание,1990-240с.

Даны свойства и качества человеческого организма, которые в обыденной жизни проявляются в экстремальном состоянии.

2.Чудная Р.В. Адаптивное физическое воспитание.-Киев:Наукова

Думка,2000.-356с.

Изложены результаты исследований возможности социальной физической реабилитации инвалидов средствами физической культуры и спорта.

 Лекция14. Виды научных исследований.

1.Фундаментальные исследования-это поиск с помощью экспериментальных и теоретических методов новых закономерностей и действительности с целью их практического использования человеком. Они бывают свободные и целевые.

Свободные фундаментальные исследования направлены на раскрытие еще не известных законов природы и общества.

Целевые фундаментальные исследования имеют заранее установленную цель и направления на решение определенных проблем при помощи строгих научных методов на основе уже имеющихся данных.

 Прикладные исследования представляют собой следующий этап исследовательской работы . Они направлены на практическое использование научных достижений.

Разработки служат для практического использования результатов прикладного исследования.

Наука делится на 3 группы:

1.Теоретическая; 2.Наука основанная на эксперименте; 3.Наука для анализа творчества.

Научные специальности(13.00.04):

-теория и методика педагогики;

-психология спорта;

-физиология спорта;

-спортивная морфология;

-биомеханика физических упражнений;

-биохимия спорта.

 Методическая работа- исследование , где выявляются какие-либо неизвестные объективные педагогические законы.

Научно-методическая работа- исследование в котором имеет место наличие новизны.

Научно-исследовательская работа-включает в себя широкий круг вопросов.

Задание: На основании изучения научно-методической литературы, постановления , указов выбери те направления исследования и обоснуй его актуальность.

 Подготовка к исследованию.

1.Выбор темы.

Тема выбирается в соответствии с опытом вашей работы , тренировки ,дея-

тельности(на практике).

При выборе темы учитываются: личные склонности, способности и уровень теоретических знаний.

2.Формулировка названия темы:

Название-это визитная карточка работы . Тема должна быть лаконичной, четко отражающая смысл исследования, далее соответственно содержанию работы.

Лекция15.Разработка методологического аппарата исследования:

1.Актуальность-изучение постановляющих документов , литературы

2.Объект иссл.-учебный ,учебно-тренир. процесс

3.Предмет иссл.- аспект объекта в соответст. с темой

 4.Цель исслед.- научный результ.работы

5.Гипотеза иссл.-научное предположение с целью подтвержден. Фактов исслед.

6.Задачи иисл. -соотв. предмета исслед.(их несколько)

7.Методы исслед,-педагог-е(литер ,документ. наблюд., хроном.,эксперим.,

анкетир-е; физиолог-е(ЧСС, физиолог .исслед.)

8.Научная новизна-впервые в исследовании

9.Теоретич-е значение-использ.-е результата в теории

10.Практическая значимость-использ .результ. исслед. в практике

 4.План исследования-журнал ,дневник, протокол исслед.

1.Проблема исслед.

2.Тема исслед.

3.Задачи исслед.

4.Научное руководство

 5.Начало работы\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_Конец работы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

6.Краткое обоснование темы( теоретич. и практич. значение)

7.Объект исслед.

8.Метод исслед.

9.Организация исслед.

Задание: Работа с литер.-ой, с целью подготовки исслед.-я.

 Проведение исследования.

Задание : Педагогический эксперимент, педагогическое наблюдение, хронометраж ,контрольные испытания, анализ ,архивные документы, анкетирование.

Реферат , доклад- в виде тезисов, в виде научн. Доклада-метод-й, обзорный

Научная работа-вводная часть , основная ,заключит.

Контрольная работа-докторская диссертация диссертация,докторск.диссерт.,монография,учебник,метод.пособ.,рекоменд.

Научная статья,тезисы,программы-рецензии,отзывы.