

Самостійні заняття

Модуль 1

1.1. Метрологічне забезпечення спортивного відбору

План

1. Розкажіть про практику відбору інформативних критеріїв оцінки розвитку спеціальних здібностей спортсменів.
2. Поясніть як здійснюється педагогічна оцінка результатів вимірювальних процедур.
3. Розкажіть про визначення схильності дитини до рухової діяльності за біологічним віком.
4. Що таке кваліметрія? Для чого вона використовується у спортивному відборі.
5. Опишіть метрологічні проблеми підвищення ефективності спортивного відбору.
6. Розкажіть про особливості протікання біологічних ритмів людини та врахування їх при діагностиці розвитку моторних функцій під час спортивного відбору.

1.2. Діагностика розвитку загальних здібностей спортсменів

План

1. Розкажіть про способи діагностики інтелектуальних здібностей спортсменів.
2. Опишіть особливості діагностики пам'яті спортсменів.
3. Як здійснюється діагностика розвитку уваги спортсменів?
4. Поясніть технологію тестування розвитку мислення спортсменів.
5. Розкажіть про діагностику типологічних властивостей нервової системи спортсменів. Як діагностувати маскуліність-фемініність спортсменок?

1.3. Розвиток і діагностика морфо функціональних показників спортсменів

План

1. Які ви знаєте закономірності розвитку морфологічних ознак в онтогенезі людини? Поясніть технологію вимірювання довжинних та обхватних антропометричних показників, діаметрів тіла
3. Розкажіть про особливості діагностики соматотипа дітей і підлітків та спортсменів.
4. Поясніть методику визначення біологічного віку людини. Яку інформацію це дає для системи спортивного відбору?
5. Розкрийте значення і наведіть норми функціональної діяльності різних систем організму в фенотипічному прояві спортивного таланту.
6. Опишіть методику визначення функціональної діяльності

серцевосудинної системи спортсменів.

7. Які ви знаєте методи визначення особливостей функціональної діяльності дихальної системи у спортсменів?

8. Розкажіть про методи діагностики функцій нервово-м'язової та сенсорних систем.

Модуль 2

2.1. Спортивний відбір у баскетболі і тенісі

План

1. Опишіть фактори, що визначають високі спортивні досягнення в баскетболі і тенісі.
2. Розкажіть про модельні характеристики кваліфікованих баскетболістів.
3. Які способи оцінки і нормативні показники розвитку рухових здібностей можливо використати при відборі баскетболістів на різних етапах і в різному віці?
4. Поясніть технологію проведення тестів, які дозволяють визначити рівень розвитку спеціальних здібностей юних баскетболістів.
5. Опишіть модельні характеристики кваліфікованих тенісистів.
6. Поясніть, як здійснити оцінку розвитку морфологічних ознак і рухових здібностей юних тенісистів.
7. Розкажіть про технологію оцінки перспективності професійних тенісистів, що використовується в США.
8. Наведіть нормативні оцінки і методику тестування розвитку загальних і спеціальних здібностей тенісистів.

2.2. Відбір у велоспорті і лижному спорті

План

1. Розкажіть про здібності і чинники, що сприяють досягненню високих спортивних результатів у велосипедному та лижному спорті.
2. Опишіть найбільш значимі модельні характеристики кваліфікованих велосипедистів.
3. Наведіть показники і нормативні оцінки фізичного розвитку, що рекомендуються для визначення схильності дітей різного віку до занять велоспортом.
4. Поясніть технологію комплексної оцінки перспективності велосипедистів.
5. Які особливості відбору велосипедистів в збірні команди?
6. Розкрийте модельні характеристики кваліфікованих лижників.
7. Які тести і нормативні оцінки рекомендують використовувати для визначення перспективності лижників-гонщиків на перших етапах спортивного відбору?
8. Поясніть систему оцінки рівня загальної і спеціальної фізичної підготовленості лижників-гонщиків.

2.3. Відбір в силові види спорту (важку атлетику, пауерліфтинг)

План

1. Розкажіть про рухові здібності і особливості будови тіла спортсмена, що сприяють досягненню високих спортивних результатів в силових видах спорту.
2. Визначте основні модельні характеристики кваліфікованих важкоатлетів.
3. Наведіть оціночні норми розвитку морфологічних показників і рухових здібностей важкоатлетів, які можливо використовувати на різних етапах спортивного відбору.
4. Визначте основні модельні характеристики кваліфікованих спортсменів пауерліфтинга.
5. Як здійснити оцінку розвитку морфологічних показників, становлення спортивної майстерності і змагальної діяльності спортсменів пауерліфтинга?